M. med.
879
m
Fiche

M. med.
879 m
Fiche

<36607384360016
<36607384360016
Bayer. Staatsbibliothek

Der Geist

der

Gräfenberger Wasserkur.

Motto: «Wasser thut's freilich!»

Vom

Verfasser der «Reisescenen aus zwei Welten»

(J. H. Rausse.)

✻

Zweite mehrfach berichtigte Auflage.

Zeitz.

Druck und Verlag von Julius Schieferdecker.

1839.

361 B.

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Vorrede
zur ersten Auflage.

Ich habe das Recht ein neues Büchlein über die Heilwirkungen des kalten Wassers zu bringen, weil ich Neues bringe — hierüber, wie über die Heilkunde im Allgemeinen. Ob Wahrheit, ob Irrthum? Das richtet die Folge*), ich aber bin verpflichtet es auszusprechen, weil ich's für unbekannte Wahrheit halte. — —

Wenn ich in dieser kleinen Schrift sage: «so ist es», das soll heißen: «so ist es nach meiner Meinung.» Der Leser muß es gerne sehen, wenn er

*) Dies bezieht sich nur auf meine aufgestellten Theorien, keineswegs aber auf die praktischen Entdeckungen und Resultate des Prießnitz, deren Wahrheit bereits durch viele tausend gleichlautende Erfahrungen unerschütterlich fest begründet ist.

Anm. zur 2. Auflage.

nicht mit der langweiligen Demuth der «unmaßgeblichen Meinung» incommodirt wird.

Man wird es aus diesem Büchlein schon ersehen, daß es für Laien geschrieben ist von einem ungelehrten Mann. Zum Ueberfluß sag' ich dem Leser, wie gar ungelehrt ich bin, damit er meine Ansichten mit den Zweifeln und dem Prüfsinn lese, welche ich jedem Leser zu jeder Schrift lebhaft wünsche. — —

Die östreichische Mauth ist die Ursache von diesem Büchlein. Nämlich auf meiner Reise zum Gräfenberg traf es sich bei der Grenzvisitation so unglücklich, daß meine Reisebücher in östreichischen Staaten verboten waren, und mir bis zur Rückkehr genommen wurden. So war ich des Umgangs mit meinen beiden todten liebsten Menschen beraubt, und fand keinen Ersatz bei den Lebendigen. Lag es nun an mir oder der gräfenberger Badegesellschaft — sie regte mich durch nichts an als durch ihre reichlichen Schäden und Gebrechen. Mit ächtem rechtem Feuer sprach davon Niemand, außer der, welchen etwa

über Nacht der Himmel mit ersehnten Furunkeln gesegnet. Dies Thema der Schäden läutete während der zwei Monate meiner Anwesenheit so viel in meine Ohren, daß es Echo fand in meinem Kopf, nämlich Nachdenken. — So kam ich zum unfläthigen Thema der Geschwüre ꝛc.

Vorrede

zur zweiten Auflage.

Die erste Auflage ist schon in den ersten Monaten nach dem Erscheinen vergriffen worden. Auf diese Weise ist die Gunst des Publikums den Ansprüchen der Kritik zuvorgekommen. Das hat für den Verfasser das Schlimme, daß er bei Revision für die zweite Auflage fremden Rathes entbehren muß.

Wer sich die Mühe des Vergleichens nehmen will, der wird mannichfache Berichtigungen finden. An einigen Stellen würde ich umfassende und tiefergreifende Umarbeitungen vorgenommen haben, wenn nicht die kurz zugemessene Zeit es verhindert hätte. So habe ich mich begnügen müssen, diese correctionsbedürftigen Stellen in Noten unter dem Text als solche dem Leser zu bezeichnen, und die Resultate meiner späteren Forschungen und Erfahrungen nur summarisch anzudeuten.

Der Verfasser.

Inhalt.

		Seite
	Vorrede zur ersten Auflage	III
	Vorrede zur zweiten Auflage	V
I.	Nachricht vom Vinzenz Prießnitz auf dem Gräfenberg	1
II.	Von der Allopathie	2
III.	Von der Homöopathie	9
IV.	Von der Hydropathie oder Wasserheilkunde	12
A.	Der Heilproceß durch Wasser	12
B.	Welche Krankheiten sind heilbar durch Wasser	17
C.	Beschreibung der Kurmethode bei einigen acuten Krankheiten	22
D.	Von dem Heilverfahren bei den meisten chronischen Krankheiten	27
E.	Vom Verfahren bei Epidemien und ansteckenden Geschwürkrankheiten	32
F.	Erklärung des Heilprocesses bei dem unter D angegebenen Verfahren	39
G.	Die Gräfenberger Krisen und die Behandlung derselben	44

Seite
H. Gräfenberger Kurbilder 48
I. Rathschläge für Candidaten der Wasserkur 57
K. Von der Verbreitung der Hydropathie und ihren Aussichten auf Herrschaft 58
L. Zusatznote über den magnetischen Schwitzdoctor Schroot in Lindewiese am Fuß des Gräfenberg 66
V. Die beste Diät 68
VI. Résumé 94
VII. Anhang 99

I.

Nachricht vom Vinzenz Prießnitz auf dem Gräfenberg.

Fragt man, wer dieser Prießnitz sei, so lautet die wesentliche Antwort: er ist ein medicinisches Genie der ersten Größe. Früher war er ein Bauer auf dem Gräfenberg, welcher belegen ist in den Sudeten, Oestreichisch Schlesien.

Prießnitz ist der Zeit nach nicht der erste Wasserarzt, aber er ist es dem Talent nach, und er ist der erste, der enormes Glück und Aufsehen gemacht mit diesen Kuren. Prießnitz ist aus doppelten Gründen eine historische Figur, erstens als Genie des ersten Ranges, und zweitens weil ein Glückstern ersten Glanzes über dem Haupte dieses Mannes steht. Er hat das Glück gehabt, daß er zur rechten Zeit geboren ist, in einer Zeit, wo der Natursinn endlich nach langem Schlaf die Augen aufschlägt und die Fühlhörner ausstreckt; mit ihm der Zweifelsinn an den verschimmelten Lehrsätzen der alten Wissenschaften.

Vor funfzig Jahre wäre dem Prießnitz sein Genie wie Fluch und Verdammniß gewesen; denn es wäre verkannt, und darum hätt' es ihn damals so tief gedrückt wie jetzt hoch erhoben. Ein verkanntes Genie in der Mitte hohnlächelnder Dummköpfe — das ist die höchste Ironie des Schicksals oder die tiefste Tragödie der Menschheit.

II.

Von der Allopathie.

«Sohn, bleibe beim Metier!» sprach sterbend Fleischer Stutz;
Hans schwur's, und hält den Schwur noch heut' als Medicus.

Die herabgeerbte ahnenreiche Heilkunst hat Vieles von ihrer Würde und Gewalt gebüßt, seit ihre Schüler mit deutschen Worten fechten statt mit lateinischen; mehr hat sie gebüßt, als bei Gelegeoheit der Choleraseuche ein Heilkünstler den andern «Mörder» hieß; am meisten hat sie gebüßt, seit Hahnemanns Stimme in Europa gehört wurde.

Hahnemann, der erste Homöopath, und seine Jünger alle heißen die Allopathen «Todtschläger», und die Allopathen heißen die neue Secte eine Betrügerin «Gift-

mischerin». Jede der Partheien reicht der andern den Preis der Charlatanerie — welche hat Recht mit diesem Vorwurf? — Ich meines Orts, der ich die kindliche Gabe des Glaubens besitze, ich glaube beiden, daß sie Recht haben. — —

Ich will meine Meinung vom Wesen beider Heilarten schlicht und deutlich sagen.

Die Allopathie vermag wenig oder nichts gegen chronische Krankheiten. Nur zu lindern verspricht sie; — was dies Lindern ist, werde ich unten zeigen. Ihre Hauptwirksamkeit bezieht sich auf die acuten, besonders entzündlichen, sowie auf die ansteckenden Geschwürkrankheiten.

Die acuten Krankheiten heilt sie dadurch, daß sie an deren Stelle ein chronisches Siechthum oder eine chronische Herabstimmung des ganzen Organismus setzt; solches bewirkt sie theils durch Medicamente, theils durch Blutentziehungen.

Nämlich jeder acute Anfall ist Heilversuch einer kräftigen Natur von einem eingedrungenen feindlichen Princip. Wenn der Organismus fühlt, daß er nicht vermögend ist, auf normale Weise einen feindlichen Andrang abzuwehren, so steigert er durch das Fieber oder die Entzündung seine Kraft und Thätigkeit zu einer abnormen Höhe. Diese Steigerung ist keine Krankheit,

wie wir sie nennen, sondern Heilversuch; freilich aber kann sie den Tod bringen statt der Heilung, wenn statt der Behandlung mit Wasser, wonach schon der Instinkt eines solchen Kranken aufs entschiedenste verlangt, ihm eine zweckwidrige Diät aufgezwungen wird, besonders wenn Medicin und Blutentziehung angewandt werden. Sobald der kämpfende Organismus mit den letztern störenden und zerstörenden Eingriffen mißhandelt wird, legt sich die sichtbare Wuth der Krankheit, es verschwinden die Symptome, welche aber gerade die wahren Heilmittel der Natur sind, und es erfolgt entweder der Tod aus Schwächung oder aus demselben Grund das Ablassen des Körpers vom Heilungsversuch. Somit ergiebt sich der Organismus in das Elend, die Krankheitsstoffe, welche er durch Fieber und Entzündung ausstoßen wollte, in sich zu beherbergen; das chronische Siechthum oder die chronische Herabstimmung des Körpers ist nun vollendet. Nicht nur die ursprünglichen Krankheitsstoffe sind auf diese Weise im Innern festgebannt, und bewirken das latent symptomlose Siechthum, sondern es sind auch die Medicingifte neu hinzuzukommen.

Das nennt die Allopathie heilen — aber ist das heilen? Es ist verderben; lieber acut sterben als chronisch siechen und chronisch sterben.

Die Allopathie, in ihrer gänzlichen Unkenntniß der

Natur und der Ursachen der Krankheiten, hält die Symptome, besondes das Fieber und die Entzündung, für die Krankheit selbst, statt daß die Hydropathie diese Symptome als nothwendige Bundesgenossen jeder wirklichen Heilung erkannt hat, und mit ihrer Hülfe kritischen stinkenden Schweiß oder andere kritische Ausleerungen, Ausschlag und Geschwüre hervorbringt, welche die Krankheitsursachen aus dem Körper abladen. Es ist keine Heilung möglich ohne diese in die Sinne fallenden Entleerungen der Krankheitsstoffe; wenn eine acute Krankheit aufhört, ohne daß jene Entleerungen erfolgen, so ist entschieden gewiß, daß der Körper nicht geheilt, sondern dem chronischen Siechthum übergeben ist. Diese Entleerungen, die unter den Händen der Wasserheilkunde jedesmal in jeder Krankheit erfolgen, liefern zugleich den Beweis, daß die Ursachen aller Krankheiten materielle Stoffe sind, wovon weiter unten. — —

So ist es beschaffen mit der allopathischen Heilung von acuten Krankheiten; denn allopathisch heilen, heißt durch Mittel heilen, welche Symptome erzeugen, die denen der behandelten Krankheit entgegengesetzt sind. Das ist der Irrthum; — nun kommt die Inconsequenz: nämlich die Allopathie gebraucht seit lange homöopathische Mittel, wie z. B. gegen das Wechselfieber, die Syphilis rc. Gerade alle die Mittel, welche die Allopathie

«specifische» nennt, und auf die sie am stolzesten ist, sind rein homöopathisch, d. h. sie erzeugen Symptome, die denen der behandelten Krankheiten ähnlich sind.

Doch gestalten sich auch diese Heilmittel in der Hand der Allopathie zum Unheil, weil sie zu oft und stark davon ertheilt. Dies Extrem hat wahrscheinlich den Hahnemann zum entgegengesetzten verleitet, das lächerlich ist statt fürchterlich.

Gegen Syphilis und Psora hat die Allopathie ihre Specifica; was aber richtet sie damit aus, die alte Heilmutter? Entweder sie drängt ganz pfuscherhaft durch äußere Aetzung, oder gelehrter durch innerlich gegebene übergroße Dosen das Krankheitsgift in den Körper zurück, wo es in schrecklicher Umarmung festgehalten wird vom Medicingift, so festgebannt im Innersten, daß der Organismus fortan nicht fähig ist, das äußere Symptom zu bilden, d. h. nicht fähig ist zu versuchen, ob er die ganze Krankheit auf die Haut werfen könne. Dies gelingt ihm freilich bei diesen Leiden nie vollständig bis zur Heilung durch sich allein; aber so lange er es noch versucht, ist er der Heilung fähig; sobald das äußere Symptom fehlt, ist Heilung unmöglich, und es kostet oft viel Zeit und Mühe, einen solchen mißhandelten Organismus dahin zu bringen, daß er wieder das Symptom bilde.

Unverständige Aerzte halten es für ein sicheres Zeichen der Heilung bei diesen Geschwürkrankheiten, wenn das Symptom in Folge blos innerer Gaben verschwindet; das ist Täuschung; wenn die Dosen zu stark und häufig gegeben werden, wirken sie so lähmend und störend auf den Körper, daß derselbe nicht mehr die Kraft hat, das Symptom zu unterhalten, viel weniger noch sich zu heilen. Dann ist das innerste schwefelgelbe oder mercurgraue Siechthum für immer in dem unglücklichen Körper aufgepflanzt wie eine Fahne in einer verwüsteten Festung. Keine Allopathie, keine Homöopathie vermag von diesem Elend zu befreien — nur die Hydropathie kann dies Schwerste.

Nicht immer treten die Folgen allopathischer Behandlung so grell auf, wie sie hier geschildert sind, nicht wenn der mißhandelte Organismus außergewöhnlich heilkräftig ist, auch nicht wenn der Arzt in der Erkenntniß seiner schlimmen Kunst, nur unschädliche Dosen giebt, und die Heilung allein der Natur überläßt. — Einen Arzt dieser Art habe ich gekannt, einen vielbeschäftigten, vielverdienenden, der nur Medicamente verordnete, von denen er glaubte, sie würden in dem gegebenen Fall ohne Wirkung sein. Das ist zwar Betrug; aber immer noch besser sich für Nichts bezahlen lassen, als für etwas Schlimmeres; der Mann wollte leben, ohne zu tödten.

Eine andere Klasse von Aerzten giebt es, die in ihrer Unschuld vergiften; eine dritte giebt es, doch die ist gering, die es wissen, was sie thun, wenn sie nach den Regeln ihrer Kunst einen acut Kranken behandeln, nämlich sie verwandeln die Accidenz in eine Leibrente; sie sorgen wissentlich dafür, daß ihnen der Kranke tributpflichtig werde bis an seinen Tod; doch ist diese Klasse sehr gering, so selten wie alles Schreckliche. — —

Es ist noch ein Wort von der Wirksamkeit der Allopathie bei chronischen Uebeln zu sagen.

Sobald chronische Leiden — gewöhnlich im Herbst und Frühjahr — den alarmirenden Charakter acuter Kämpfe annehmen, können die Aerzte wieder etwas, nämlich beschwichtigen, die Schmerzen lindern, d. h. den erneuten Naturversuch zur Heilung aufs Neue in Schlaf lullen, oder ihm die Hände knebeln, dem Rebellen; diese Schmerzen entstehen aus dem Aufraffen der Natur, aus dem zähen jämmerlichen Resigniren in ein Insurgiren gegen den Krankheitstyrannen. — (So ist geduldete Knechtschaft chronisches Siechthum; Revolution aber acute Krankheit, Heilversuch der oft tödtet statt zu heilen — Polen).

Solche acute Anfälle in chronischen Leiden würden ohne die Dazwischenkunft der Aerzte, wenn nicht geheilt, doch genutzt haben, indem sie etwas von dem Krank-

heitsstoff ausgestoßen hätten. Dies ärztliche Beschwichtigen ist also ein Zähermachen der Leiden.

III.

Von der Homöopathie*).

Vater Hahnemann — denn er selber posaunt sich als den Vater der einzig ewig wahren Heilkunde aus — und sein fabelhaftes decillionfach verdünntes Kind, die Homöopathie, versprechen, ganz im Gegensatz zur Allopathie, ihre beste Hülfe in chronischen Krankheiten, während sie bei Heilung acuter Anfälle Manches aus dem Arsenal ihrer Todfeindin entlehnen.

Das Princip der Homöopathie: «similia similibus» macht dem Scharfsinn des Entdeckers alle Ehre; ob aber die Decilliontheilchen irgend eine Wirkung haben, das ist noch immer ein decillionmal unentschieden; nur po-

---

*) Später bei mehrem Nachdenken über das Thema der Heilung bin ich zu der Ueberzeugung gekommen, daß die Homöopathie in diesem Büchlein viel zu günstig beurtheilt ist, ferner zu der Ueberzeugung, daß jede Idee einer Heilung durch ein Medicament ein großer Irrthum ist.

Ich glaube die Richtigkeit des letztern Satzes in meinen «Miscellen zur Gräfenberger Wasserkur» bis zur Evidenz bewiesen zu haben. Anm. der 2. Auflage.

tenzirter Glaube kann Vertrauen haben zu einem Decilliontheil.

Ob die Homöopathie wirke oder nicht — der Allopathie ist sie immer weit vorzuziehen, weil sie nicht mordet, und der Hydropathie steht sie immer weit nach aus diesen Gründen:

Erstens hat die Homöopathie — wie auch die Allopathie — das sehr Schlimme, daß sie ihre Wirksamkeit nur auf einzelne Functionen, Organe oder Theile des ganzen Organismus zur Zeit richten kann. Deßhalb sind bei beiden Heilmethoden die Recidive so häufig. Während die kranke Function geheilt wurde, blieb das Ganze oder einzelnes Andere in seiner alten Unkraft, und es entstand ein Mißverhältniß in der Harmonie, bei dessen von der Natur versuchter Ausgleichung die einseitig durch Kunst hinaufgeschrobene Function wieder unter Null herabgestimmt, und somit der Rückfall bereitet wird.

Zweitens gehört zur homöopathischen Heilung nothwendig, daß das rechte Mittel für jede Krankheit gewählt werde: es gehört also ein Mann von Fach dazu, und auch dieser wird oft fehlgreifen, und schaden. Denn wenn das homöopathische Medicament nützen kann, so kann es auch schaden, weil es Medicin ist. (Nicht so das Wasser, wie unten folgt.)

Zur hydropathischen Heilung gehört nur ein Mann, der den Geist der Wasserheilkunde erkannt hat, und das ist bei einiger Anleitung sehr bald geschehen. Zwar kann auch der Hydropath sich im Mittel vergreifen; aber sehr selten, sehr schwer, und dann schadet dieser Vergriff in den meisten Fällen nicht.

Drittens regt die Homöopathie in Folge ihres richtigen Grundprincips, bei richtig gewählten Mitteln (und überhaupt zugestandener Wirksamkeit der Mittel), den Organismus zwar an zur Heilung, aber sie unterstützt ihn nicht während der Heilung, wie die Hydropathie dies thut, besonders weil

Viertens die Homöopathie gar keine Gewalt hat über die Summe des Hautsystems. Die Haut aber ist bei weitem das wichtigste Organ zu jeder Heilung, und die Hydropathie hat die größeste Gewalt über dieses Organ. — — —

Was ich in diesem Abschnitt gesetzt, werde ich im nächsten begründen.

IV.

Von den Hydropathie*) oder Wasserheilkunde.

A.

Der Heilproceß durch Wasser.

Jetzt, denkt mancher Leser, geht der Spaß an. Jetzt kommt er auf seine fixe Idee, und jetzt wird er sich so lächerlich geberden, wie der Narr im Tollhaus, der zwei andere Narren verlacht, weil sie sich für Heilande halten, was doch nicht wahr sei, wie er als Gott Vater am besten wisse.

---

*) Streng genommen ist dies kein glücklich gewähltes Wort, da es vielmehr durch «Wasserleiden» als «Wasserheilkunst» zu übersetzen wäre. Die Wörter «Hydriatik» oder «Hydriatrie» wären um Vieles bezeichnender. — Allein das hier gesetzte ist einmal Sprachgebrauch geworden, und zwar besonders durch Oertel, der ja Philologe von Fach ist.

Ueberhaupt, meine ich, kommt die Richtigkeit der Wortableitung wenig in Betracht, wenn nur Deutlichkeit und Abgrenzung der Begriffe mit den sprachgebräuchlichen Worten verbunden ist. Das weitere gehört in den Bereich der Wortklauber und aller Menschen, denen Worte mehr gelten als Begriffe.

Wenn man einander nur versteht — das ist die Pointe der Spracherfindung. Anm. zur 2. Auflage.

Wollte ich zuerst die gräfenberger Heilmethode beschreiben, und einzelne frappante Kurbilder herstellen, so würde der Leser spöttisch klug lächeln; später aber, wenn ich den Proceß des Heilens erklärt, würde er vielleicht seines Lächelns sich schämen. Deßhalb will ich lieber zuerst nachweisen, durch welche Kraft das Wasser heilt, und hoffe dadurch der Verbreitung der Hydropathie förderlich zu sein.

Der enragirte Wassergott in Anspach nennt das Wasser eine Universalmedicin; — ist es das?

Nein, denn das Wasser ist gar keine Medicin; das reine Wasser — und von dem ist die Rede — hat nicht das geringste Medicinische.

Dennoch ist es ein Universalheilmittel gegen alle die Krankheiten und Krankheitsgrade, welche jemals durch irgend etwas geheilt sind, oder heilbar, wie man kurzweg sagt.

Wodurch bewirkt das Wasser dieses Ungeheure, wenn es keine Medicin ist?

Durch seine zersetzende, auslaugende Kraft. Die Heilwirkungen des Wassers fließen aus seiner feindlichen Gewalt, mit welcher es versucht, alles organische Leben zu zerstören durch Zersetzung in die Urbestandtheile.

Nämlich so: Das Wasser hat die Eigenschaft des

Auslaugens, des Abscheidens verschiedenartiger Bestandtheile aus ihrer Verbindung. Diese Gewalt übt es auf Thier und Pflanze, und was von beiden stammt. Der menschliche Körper nimmt täglich, stündlich fremde Stoffe in sich auf, die wieder zum Tempel hinaus müssen, und zwar meistens aus den Millionen Pförtchen und Thürlein der Haut geworfen werden sollen. Wenn dieser nothwendige Proceß eine Zeitlang nicht, oder unvollständig erfolgt, so erfolgt Krankheit. Das Wasser, durch seine scheinbar feindselige Wirkung des Zersetzens, befördert diesen Proceß. Nämlich wenn es die Haut umgiebt, so saugt es an derselben, und möchte gern den ganzen Körper zerlegen in seine Grundstoffe. Der Körper seinerseits wehrt sich, reagirt dagegen, und läßt sich blos das Fremde nehmen, das ihn krank machte. Wird er zu viel und lange unter Wasser gehalten, so muß er auch Gesundes hergeben, und wird geschwächt. Man sieht daraus, daß man auch des Wassers zuviel anwenden könne, ohne daß es Medicin ist.

Das Wasser also wird dadurch zum wahren versöhnenden Heiland und Obermedicinalrath auf dieser Erde, daß es die Absicht hat, der feindliche Zerstörer alles Lebens zu werden.

Woher der Instinkt des Menschen gegen das recht kalte Bald? — Ich gebe viel auf den Instinkt, und

werde später rathen, immer dem Instinkt des Gaumens zu folgen; ich muß deßhalb diesen scheinbaren Irrthum des Instinkts erklären. Nicht der Mensch im ganz gesunden Zustand noch der acut Kranke hat eine instinktmäßige Abneigung gegen das kalte Bad. Der Kranke in der acuten Hitze des Fiebers und der Entzündung verlangt im Gegentheil sehnlichst danach. Erst wenn letzterer durch medicinische Behandlung zum chronischen Siechling vergiftet ist, empfindet er den Schauder gegen das kalte Wasser, den überhaupt jeder Zärtling mit ihm theilt, weil die Verzärtelung die Gesundheit und den Instinkt ruinirt.

Das ist die Hauptursache von der Heilkraft des Wassers, die ich deßhalb so ausführlich besprochen, weil sie meines Wissens bis dahin unerkannt geblieben war. Eine andere Heilwirkung übt das Wasser durch seine Kälte — deßhalb kann der Hydropath nur sehr kaltes Wasser gebrauchen. — Beim Eintritt in das kalte Bad wird zwar das Flüssige zunächst unter der Oberfläche der Haut vom Wasser mittelst seiner Zersetzkraft und Kälte aus dem Körper abgeschieden; aber die tiefer befindlichen Saft- und Blutmassen empfinden vom Bade blos den mechanischen Druck, nicht die Abscheidekraft, und stürzen deßhalb kopfüber auf den innern Menschen. Bei der darauf folgenden Erwärmung durch

starkes Gehen oder Frottiren kehrt das Blut mit doppelter Stärke an die Oberfläche zurück und bringt auf seinem Marsch aus dem Innern manche Krankheitsstoffe mit; während der Reaction dampft und arbeitet die Haut, theils um die herangeführten Krankheitsstoffe auszuscheiden, theils im Kampf um Wiedergewinnung des gewaltsam gestörten Normalzustandes. Beim Eintritt in das nächste Bad befindet sich dicht unter der Oberfläche der Haut eine neue Masse von abzuscheidenden Krankheitsstoffen; sie werden vom Wasser ausgesogen, es kehren die Kämpfe der Reaction zurück, es werden neue Sünden aus dem Innern zur Haut getrieben. Das ist täglich derselbe Proceß. Aus seiner Beschreibung folgt zweierlei, erstens, daß dieser Proceß für die Parthei der Gesundheit gewonnen werden muß, wenn die nöthige Ausdauer da ist, und zweitens, daß er fast so langsam geht, als hange er bei einem deutschen Gerichtshofe, wo noch das Gemeinrecht gilt. — — —

Noch andere Heilwirkungen des Wassers, die sehr bekannt sind, lasse ich unerörtert. Dahin gehört sein Bestand aus den beiden lebenfördernden Stoffen, ferner sein Oeffnen der Poren und Befreien vom Schmuz ꝛc.

Später werde ich zeigen, wie Prießnitz mit seinem seltenen, seinem schneidenden Scharfsinn, der den Instinkt der Genialität hat, sehr Vielerlei nach und nach

ersann, was die Heilung außerordentlich viel rascher und gefahrloser macht. — —

Das Resultat dieses Abschnitts also ist dieses: **Das Wasser heilt den Organismus von keiner Krankheit, aber es zwingt ihn, sich selber zu heilen.**

Jahrtausende lang suchte die Menschheit nach der Apotheke des wahren Heils allenthalben, nur nicht da, wo sie zu finden war. Es glich die Menschheit dem Zerstreuten, der nach dem Hut rennt, den er auf dem Kopf trägt. Die ganze Apotheke trägt der Mensch unter seiner Haut, und der Schlüssel zu dieser Wunderapotheke ist — das Wasser.

B.

Welche Krankheiten sind heilbar durch Wasser.

Dies aufzuzählen, wäre eine sehr langwierige Arbeit, deßhalb sag' ich lieber, welche Krankheiten unheilbar sind, denn das ist bald gesagt. Nämlich alle chronischen Krankheiten der Lunge, alle organischen Fehler, und alle Krankheiten an solchen Menschen, die entweder ein erstorbenes nicht wieder zu belebendes Hautsystem oder überhaupt keine genügende Lebenskraft mehr haben.

Jedoch hat Prießnitz schon viele Patienten geheilt, die von den Aerzten für absolut unheilbar wegen mangelnder Lebenskraft erklärt waren. — Die Krankheit, die einer beharrlichen Wasserkur nicht weicht, muß sehr tief in einer bankerotten Natur eingewurzelt sein.

Die Heilung von allen acuten Krankheiten ist dem genialen Wasserarzt Prießnitz nur ein Spiel. Er hat z. B. Nervenfieber und alle Entzündungskrankheiten in allen Stadien behandelt, und nie ist ihm ein solcher Kranker gestorben. Vielmehr ist die radicalste Heilung stets in wenigen Tagen vollbracht, und ohne alle Nachwehen. Wie beklagenswerth sind dagegen die Unglücklichen, die von Medicinärzten behandelt oder mißhandelt werden! Man sagt gewöhnlich, das Nervenfieber lasse stets ein langes, oft lebenslanges Siechthum zurück; — nicht das Nervenfieber, sich selbst überlassen, thut es, sondern das Nervenfieber, durch Medicamente niedergedrückt, oft auch die Medicamente allein. Dasselbe ist es mit den meisten Entzündungskrankheiten.

Das Wasser ist ferner bei offenen Schäden und allen Krankheiten, deren Sitz an der Oberfläche des Körpers ist, von der entschiedensten und gewöhnlich raschesten Wirkung. Die Hydropathie ersetzt die ganze schreckliche Kunst des Tranchirens in Menschenfleisch und

Menschenknochen — die Kunst des Chirurgen und Operateurs.

Unter den chronischen Krankheiten, durch Wasser heilbar, steht obenan das Mercurialsiechthum in seinen unendlich verschiedenen Krankheitsformen. Man kann annehmen, daß die Hälfte der gräfenberger Kurgäste da oben ist, um dies Metall auszuschwitzen; der Gräfenberg ist ein wahres Quecksilberbergwerk, das dem Besitzer einträglicher ist, als irgend ein anderes in der Welt, obgleich der Mercur hier nur in sehr kleinen unsichtbaren Dosen zu Tage gefördert wird. Das ist's, was dem Prießnitz seinen Wirkungskreis noch verleiden wird, daß er ewig den Beelzebub aus den Säuen treiben soll.

Dann folgen unter geeigneten Krankheiten die Gicht und Rheumatismen, die Hämorrhoiden und Unterleibsleiden aller Art, die Skropheln, Rachitis, Psora und Syphilis. Außer den genannten noch ein ganzes Heer von Leiden, die aus stockenden oder scharfen, faulen Säften herrühren, und die Leiden aus Medicinvergiftung, die soviel verschiedene Formen haben können, als es gelehrte Krankheitsnamen giebt. Besonders nenne ich hier die so allgemeine Zerrüttung oder Irritation der Nerven.

Den aber, in dessen Rückenmark das Fallissement

ausgebrochen ist, heilt das Wasser nicht; auch heilt es Niemand, der in Folge von Mercurialvergiftung seit lange gelähmt ist; auch hilft es nicht von Säbelbeinen oder einem Höcker oder der Dummheit. Patienten ähnlicher Art sind schon auf den Gräfenberg gekommen, wie zu einem Ort der Gnaden und Wunder.

Auch weiset Prießnitz Jeden zurück, dessen Organismus im langen Kampf mit dem chronischen Dämon die nöthige Heilkraft verloren hat. Nicht selten schicken die Doctoren aus der Umgegend dem Wasserarzt solche angenehme Präsente, wobei die geheime Absicht ist, die Leiche auf fremde Rechnung zu schieben. Allein da kommen die Schlauen sehr beim Unrechten; denn Prießnitz ist viel schlauer als ein recht schlauer Mann; er ist in Erkennung der Krankheitszeichen viel scharfsichtiger als ein sehr scharfsichtiger Medicindoctor. Prießnitz erbricht, so zu sagen, diese billets-doux nicht, sondern spedirt sie zurück an die Absender. Bisweilen jedoch, wenn er noch Möglichkeit der Rettung fand, hat er solche Kranke angenommen, und geheilt zurückgeschickt — noch viel unangenehmer den Spediteurs. —

Während meiner Anwesenheit auf dem Gräfenberg wurde ein dergleichen Patient von Breslauer Aerzten geschickt. Prießnitz war sehr ungehalten auf die Absender, und er hatte Recht zur tiefsten Indignation. So

gewissenlos, sagte er, sind diese Menschen, daß sie einem sichern Sterbling die Ruhe der letzten Tage rauben, um ihren Gift an mir auszulassen, um zu sagen, ich habe ihn geopfert. Dazu machen sie der Familie dieses Sterbenden schwere Kosten, und ihm selber reden sie ein, er finde gewiß seine Heilung auf dem Gräfenberg, und solle sich nicht abweisen lassen.

«Wie heißt denn», fragt' ich, «die Krankheit dieses unglücklichen Reisenden?»

«Er hat», erwiederte Prießnitz, «veraltete und unheilbare Gicht, einen Magenkrebs, eine Wassersucht, und — was am schlimmsten — ein gestorbenes Hautsystem.»

Ich hörte es, wie ein anwesender Arzt dem Prießnitz dennoch die Annahme des Kranken empfahl, weil letzterer einen guten Puls habe. Prießnitz antwortete nicht auf dieses Ansinnen; jedoch las ich auf seinem ausdrucksvollen, obgleich gewöhnlich sehr beherrschten Gesicht einen Anflug von Spötteln, und fragte ihn am Tage darauf nach der Ursach dieser Miene.

«Puls!» antwortete er, «was kümmert's mich, ob der Puls gut ist oder schlecht — ich taxire meine Leute blos nach den Augen und nach dem Rock, den sie anhaben» (er meinte die Haut).

Prießnitz hat hierin vollkommen Recht. Einem Me-

dicindoctor mag ein irritirter Puls Sorge machen, — aber dem Wasserarzt ist das sehr gleichgültig, da er ein sicheres Mittel hat, das schlimmste Fieber zu heben, auf die Haut und aus der Haut zu werfen, wenn nur die Haut noch gut ist.

C.

Beschreibung der Kurart bei einigen acuten Krankheiten.

Es liegt nicht im Plan dieses Büchleins, eine Unterweisung in der Behandlung der einzelnen Krankheiten zu geben*). Vielmehr soll dies Büchlein weiter nichts als im Ganzen überzeugen von der Vortrefflichkeit der Hydropathie, und ihr Anhänger gewinnen, die sich die Kunde des Systems dann an der Quelle selber — beim Prießnitz — erwerben müssen.

Nur die Behandlung einiger Krankheiten will ich anführen, um in derselben den Geist der ganzen Kurart darzustellen.

Es ist nothwendig, einer Beschreibung der Prieß-

*) Das Beste und Ausführlichste hierüber enthält die Schrift von «Munde». Doch ist dies relativ Beste unvollkommen und mangelhaft, bisweilen selbst falsch, so daß es bis jetzt unmöglich ist, sich aus irgend einem Buch zum Wasserarzt zu bilden.

nitz'schen Kurmethode die Ansicht dieses Mannes von den Krankheitsursachen voraufzuschicken. Diese Ansicht trifft mit der mancher ältern Aerzte zusammen; sie ist materiell, so grob materiell, wie es in Sachen der Körperwelt erlaubt und nothwendig ist. Prießnitz sagt, die Ursache jeder Krankheit ist ein materieller Stoff, der aus dem Körper entfernt werden muß. Die Homöopathie dagegen führt in der Krankheitslehre eine Art Spiritualismus ein, der daselbst sehr an unrechtem Orte ist. Sie spricht von Verstimmungen der Nerven oder einzelner Functionen, von mehr dynamischen als mechanischen und chemischen Krankheitsursachen, und sie ist wahrscheinlich durch diesen theoretischen Irrthum des Spiritualismus auf den praktischen Abweg der Decilliontheilchen gerathen. Daß die Ansicht des Prießnitz die richtige sei, wird durch den Erfolg seiner Kuren glänzend gerechtfertigt, denn glänzend sind die Furunkeln, in denen der Krankheitsstoff sich auf die Haut wirft. — Eine lange und durchgreifende gräfenberger Kur bewirkt eine Erneuerung der ganzen Saft- und Blut- und Fleischmasse. — — —

— Ich mache hier für allemal die Anmerkung, daß die Hydropathie nie zu einem andern Mittel greift als zu reinem Wasser, auch nicht, wenn sie vomiren läßt. —

Bei den acuten Krankheiten läuft die Absicht der Kur

direct darauf hinaus, den Krankheitsstoff entweder durch Laxiren und Vomiren (bei Magenübeln), oder gewöhnlich durch Baden und Schwitzen zu entfernen. — Bei den chronischen Krankheiten dagegen ist es der Zweck, dieselben in acute Anfälle zu verwandeln — denn das sind die gräfenberger Krisen, — mit welchen man sodann leicht und glücklich die Heilung erreicht. — —

Nervenfieber.

Zum Nervenfieber ist nur ein Organismus fähig, der noch kein zerrüttetes Nervensystem hat. Eigentliche Nervenschwächlinge sind in Gräfenberg durch die Kur so weit gestärkt worden, daß sie das Nervenfieber erschwingen konnten, was dann sehr leicht geheilt ist.

Hier ist die Heilmethode in ihren ungefähren Grundzügen.

Man bringt den Kranken in vollster Hitze und tollstem Paroxismus in ein möglichst kaltes Bad, und läßt ihn darin, bis er zum Zähneklappern abgekühlt ist. Dann nimmt man ihn heraus und frottirt den ganzen Körper sehr stark mit wollenen Zeugen, und wickelt ihn sehr warm in Decken und Betten. Kehrt der Paroxismus zurück bei der folgenden Erwärmung des Körpers, so beginnt man die Procedur von Neuem, bis es gelungen ist, durch Baden und Frottiren eine große Hautthätigkeit zu erregen, ein Hautfieber, das die Wuth der

Krankheit ab von den Nerven auf sich nimmt. Dann thut der Schweiß noth, um den Krankheitsstoff, der bis unter die Haut gebracht ist, hinauszustoßen. Mit der Erregung des Schweißes würde man oft viel Noth haben, wenn nicht Prießnitz ein Mittel ersonnen hätte, welches das wirksamste und unschädlichste unter allen schweißtreibenden ist. Man ringt ein Leintuch, nachdem man es in kaltem Wasser durchnäßt, möglichst aus, und schlägt den nackten Körper dahinein, was recht enganliegend geschehen muß. Darüber wird der Kranke sehr warm mit Betten bedeckt, nach einer halben Stunde herausgenommen, und wie gewöhnlich zum Schwitzen eingepackt.

Hier, wie immer ohne Ausnahme, trinkt der Kranke nichts anderes wie kaltes Wasser, und so viel er nur begehrt, vorausgesetzt, daß er in gesunden Tagen nicht ganz von diesem Genuß entwöhnt war. — —

Auf welche Weise bei diesem Verfahren die Heilung erfolgt, leuchtet von selbst ein; nur das muß den Wasserscheuen noch nachgewiesen werden, daß das kalte Bad dem heißesten Körper nicht gefährlich ist, und das soll gleich unten bei einer andern Gelegenheit geschehen. —

Entzündungskrankheiten.

Aehnlich ist das Verfahren bei Entzündungen, nur daß hier nach Umständen kühlende örtliche Wasseraufschläge nöthig werden. Das Ziel der Kur ist ein gleiches;

nämlich durch das kalte Bad die Hitze auszuziehen, durch das spätere Frottiren große Hautthätigkeit und Reaction zu bewirken, und durch das schließliche Schwitzen den Krankheitsstoff hinauszuwerfen.

Die Allopathie, die gelehrte Baderin, geht hier bei den Metzgern in die Schule und läßt Blut — ein abscheuliches Mittel, das zwar vom heißen Tode retten kann (doch nie so sicher als kaltes Wasser), welches aber den Organismus so lähmt, daß er den acuten Heilungskampf aus Schwäche aufgiebt. Das nennt die Allopathie heilen. Blutlassen wäre nur zu entschuldigen in einer Welt, wo es kein kaltes Wasser giebt; das kalte Bad zieht viel rascher als ein Aderlaß die lebensgefährliche Hitze aus dem entzündeten Körper, und rasch muß das geschehen, weil hier der Tod rasch kommt.

Was die Homöopathie mit ihren Decilliontheilchen ausrichten will gegen den heißen Sirocko der Entzündungen — das ist schwer zu begreifen!*)

---

*) Dem Vernehmen nach hat der berühmte Hahnemann ganz neuerlich eine hochwichtige Erfindung gemacht, durch welche die Homöopathie nunmehr alle Entzündungen sicher heilt. — Er setzt nämlich statt der Blutegel oder Schröpfköpfe — Flöhe zum Blutsaugen an, die jedoch vorher durch Schütteln in einem Glase zur äußersten Wuth gereizt werden. Künftig wird in jeder homöopathischen Apotheke ein Flacon mit potenzirten Flöhen zu finden sein. Anm. der 2. Auflage.

D.

Von dem Heilfahren bei den meisten chronischen Krankheiten.

Schwäche ist keine Krankheit, sondern etwas viel Schlimmeres; deßhalb vermag das Wasser auch nicht soviel gegen Schwäche aller Art. Seine Anwendung dawider ist sehr einfach; kurze Wannenbäder, lange örtliche Bäder und Wasserumschläge.

Die Kurart bei den meisten chronischen Krankheiten ist diese:

Der Patient, der noch nicht ans kalte Bad gewöhnt ist, wird durch Abwaschungen und Halbbäder in abgeschrecktem Wasser — was jedoch nie über 14 Grad Réaumur halten soll — auf die kalte Wanne vorbereitet, deren Temperatur nie 10 Grad Wärme überschreiten darf; je kälter aber desto besser.

Nach Verlauf dieser Vorbereitungszeit erscheint jeden Morgen früh um 4 Uhr ein Badediener, und packt den nackten Patienten sorgfältig wie ein Geschmeide in die wollene Schwitzdecke, worüber dicht anschließend Betten gestopft werden. Es ist rathsam, vorher ein Glas kaltes Wasser zu trinken, weil man diesen Labetrunk bis zum Ausbruch des Schweißes entbehren muß. — Nach ein bis zwei

Stunden, wenn Hitze und Unruhe den nahenden Schweiß verkünden, macht man unter der Decke Motion, indem man die Beine aneinander und die Arme am Körper reibt. Ist der Schweiß da, so wird kaltes Wasser genossen; man läßt sich alle viertel Stunde ein Glas reichen, und sorgt durch Oeffnen der Fenster für frische Luft. — Nachdem der Körper sich reichlich aus eigenen Mitteln begossen hat, ist er reif für die kalte Wanne. Länger als zwei Stunden darf Niemand schwitzen, und beim Gehen ins Bad muß Jedermann achten, daß er sich nicht erkälte, wohingegen man bei der Rückkehr aus der Wanne nach Belieben Schnee und Regen um die nackten Glieder spielen lassen kann. — In der Wanne darf man nicht über fünf Minuten bleiben, manche Patienten nicht eine Minute, und es ist rathsam, darin möglichsten Unfug zu treiben, etwa sich zu geberden, wie ein harpunirter Wallfisch.

Nachdem man sich bei offenen Fenstern angekleidet, geht man spazieren und frühstückt nicht eher als eine halbe Stunde nach dem Bade.

Man hat den gesunden Schweiß wohl zu unterscheiden vom Fieber- und Schwachheitsschweiß. Letztern erkennt man daran, daß die Haut, der kalten Luft ausgesetzt, sogleich auftrocknet. Diese schädlichen Schweiße müssen erst verbannt sein, ehe der Kranke die beschriebene Kur

beginnt. Das wirksamste Mittel gegen diese schwächenden Krankheitsschweiße sind kalte Bäder, gleich mitten in der Nacht beim Ausbruch genommen.

« Eiskaltes Bad! Und im Schweiß! Wie unsinnig! »

Ja, manche unter meinen Lesern, wenn auch sonst mit keiner brillanten Phantasie begabt, werden doch deren eben genug haben, um bei diesem Gedanken zu frieren.

Aber mehr als tausend gräfenberger Erfahrungen, darunter viele an sehr schwachen Personen, haben es längst außer Zweifel gesetzt, daß das kalte Bad am gesundesten ist, wenn es bei erhitzter dampfender Haut genommen wird; nur muß der Schweiß nicht durch Bewegung, sondern in Ruhe durch Warmdecken ausgebrochen sein. Dem Schwitzenden von heftiger Bewegung kann das kalte Bad den Tod bringen; jedenfalls ist es ihm schädlich.

Der Grund, weßhalb in allen Krankheiten das Bad bei schwitzender Haut genommen werden muß, ergiebt sich aus meinen frühern Deductionen. — Der Gesunde mag immerhin ohne Hauterhitzung baden, aber auch nie mit fröstelnder Haut.

Wie wurmstichig sind die Früchte, welche die Gelehrsamkeit den Menschen bringt! Alle patentirten Aerzte, Brunnendoctoren, Professoren und Leibmedici, alle

Stryke und Katzenberger, sind nicht im Stande gewesen, diese erste aller Baderegeln zu finden, viel weniger das bewunderungswürdige System zu schaffen, das wir jetzt von einem Bauer erhalten mußten!

Dem Nordländer sind als Heilmittel wie als Diät kalte Schwitzbäder eine Wohlthat. Man sieht das Letztere am Russen, der seine sprichwörtliche Gesundheit und Härte den Schwitzbädern verdankt. Aber noch viel wohlthätiger, besonders heilsamer bei chronischen Krankheiten, ist die gräfenberger Methode. Denn das russische Schweißmittel der Dämpfe drängt das Blut nach Brust und Kopf; Niemand kann ein halbes Jahr lang täglich eins oder gar zwei russische Bäder aushalten, aber gräfenberger Bäder sehr gut; und die Fälle sind nicht selten, in denen die Kur so lange dauert. — —

Der weitere Verfolg ist dieser:

Nachdem man 8 bis 14 Tage lang Schwitzbäder genommen, verbindet man die Douche damit. Die gräfenberger Douchen — auf dem romantischen Hirschbadkamm — sind sehr heroischer Natur. Die «Sophie», die stärkste unter allen, fällt aus einer Höhe von 20 Fuß, und ihr Strahl hat 4 Zoll Durchmesser. Fast Jedermann will von der «Sophie» gedoucht sein, und das Warten daselbst ist sehr verdrießlich. Außerdem sind noch fünf Douchen für Männer und zwei für Frauen; alle haben

ein sehr kaltes Bergwasser. — Beim Gebrauch der Douchen hat man sich besonders zu hüten, daß der Strahl nicht auf Kopf oder Magen fällt. Die Dauer des Douchebades ist zwischen 5 bis 20 Minuten, und die Tageszeit ihres Gebrauchs am besten vor dem Mittagessen.

Zwei oder drei Stunden nach aufgehobener Tafel wird je nach den Umständen entweder zum zweitenmal geschwitzt, oder ein Sitz- oder Fußbad *) genommen; am Abend vor dem Schlafengehen entweder ein Sitz- oder Wannenbad, jedoch letzteres ohne vorhergegangenes Schwitzen.

Man sieht aus der Aufzählung der täglichen Bäder, daß der ganze Tag vollauf von der Kur in Anspruch genommen wird; da ist weder Zeit zu Vergnügungen, noch zum Grillenfangen. Indessen darf die Kur nur unter Aufsicht des Prießnitz und von kräftigen Constitutionen so sehr forcirt werden. Wer sie zu Hause vornimmt, und zwar Geschäfte dabei versieht, oder wer keine bedeutende Lebenskraft besitzt, muß viel weniger baden, und freilich deßhalb auf eine viel längere Kurzeit gefaßt sein.

Ueberhaupt ist die Wasserkur keine rasch abzumachende;

*) Ueber die dazu nöthigen Gefäße, sowie über alles Mechanische bei der Wasserkur, lies die Schrift von C. Munde.

sie dauert verschieden, immer aber viel länger, als der zu enthusiastische Munde sie darstellt, d. h. bei chronischen Krankheiten, von denen jetzt nur geredet wird. Selbst junge Leute von guter Constitution können leicht ein halbes Jahr zur radicalen Heilung von eingewurzelten Uebeln gebrauchen, und bei ältern und schwächern Personen vergeht wohl ein ganzes; ja es sind schon Fälle vorgekommen, daß Patienten mehre Jahre auf dem Gräfenberg bleiben mußten, ehe sie geheilt entlassen werden konnten.

Diese Termine gelten nur unter der günstigsten Bedingung, wenn die Kur auf dem Gräfenberg vorgenommen wird; wer das für sich selbst thut, muß auf längere Zeit gefaßt sein, besonders, wenn er während dieser Zeit ein Geschäft irgend einer Art betreiben will.

E.

Vom Verfahren bei Epidemien und ansteckenden Geschwürkrankheiten.

1. Epidemien.

Es ist leicht, die Ursache derjenigen Epidemien anzugeben, die nach schroffem Temperaturwechsel (Erkältungsübel) oder nach zu angestrengten Arbeiten in heißer Jahreszeit (gastrische Krankheiten nach der Ernte) oder nach

dem Fallen des Wassers in großen Sümpfen (faule Fieber) entstehen.

Woher aber die beiden modernen Ungeheuer Cholera und Grippe? Woher stammen sie, in welcher Höhle wurden sie gezeugt? Keiner der obigen Erklärungen fügen sie sich, und ihre Ursachen werden vielleicht noch lange verschleiert bleiben.

Am wahrscheinlichsten scheint mir die Annahme, daß sie von Legionen kleiner Luftthierchen erzeugt werden. Wäre eine chronische Verderbniß der Luft ihre Ursache, so müßten entweder die Lungen leiden, oder die Epidemien den Charakter des Faulfiebers haben, immer wenigstens mit Fieber verbunden sein. Bei der Cholera ist der Magen der Sitz des Leidens, wahrscheinlich weil die unsichtbaren Bestien daselbst mit den Speisen, und auch sonst in großer Menge eindringen können. Eingeathmet in die Lunge können sie nicht werden, wie ja die Luftröhre nichts grob Körperliches und Lebendiges durchläßt, sondern nur Luft, freilich auch die verderbte. Wenn aber chronische Luftverderbniß nicht die Ursache der Cholera sein kann, so müssen es Thiere sein; weil die Cholera sich 100 und 1000 Meilen weit ohne Contagium fortpflanzt, aber nichts sich so weit ausbreiten kann in der Luft als entweder Gasarten oder Thiere;

alles andere Körperliche schlägt nieder, ehe es eine so weite Reise machen kann.

Bei der Grippe ist die aufgestellte Hypothese noch wahrscheinlicher; bei der Grippe leiden Hals und Augen und Nase — also die Oeffnungen, welche dem Luftgeziefer am meisten zugänglich sind; man möchte fast glauben, das Ungeziefer der Grippe sei größer als das der Cholera, weil ersteres mehr draußen bleibt, letzteres bis ins Innerste dringt; man möchte ferner glauben, das Grippethier und das Cholerathier seien verschiedene Gestaltungen desselben Thieres (wie Raupe und Schmetterling), weil beide Krankheiten einander gewöhnlich in derselben Gegend rasch folgen.

Welches auch die Ursachen seien — gewiß ist, daß die Wasserkur sich als die sicherste Retterin aus diesen Nöthen bewährt hat, und noch sicherer ist als Präservativ dagegen. Ihre Wirksamkeit wäre leicht erklärt, wenn die Ursachen Luftthiere sind; denn jedes Thier der Luft stirbt im Wasser.

Die Behandlung der Grippe besteht in Wannenbädern und Schwitzen, besonders auch in örtlicher Anwendung des Wassers, Einschnupfen, wenn die Nasenschleimhaut leidet, Augenbäder, wenn's dort juckt, immer aber viel Wassertrinken.

Die Cholera in ihren Anfängen wird durch lange und

häufige Sitzbäder sowie durch excessives Wassertrinken bezwungen; durch diese Mittel erfolgt Erbrechen und Durchfall und somit die Heilung. Wenn aber schon Krämpfe und kalte Glieder da sind, nützen die Sitzbäder zuerst nicht, dann muß kalt gebadet, und besonders frottirt werden bis aufs Blut. Hat man die Hautthätigkeit belebt, so läßt man schwitzen und nimmt dann Sitzbäder vor. — Prießnitz hat selbst solche Cholerakranke geheilt, die von Medicindoctoren aufgegeben waren. — —

Die Hypothese der Luftthiere beseitigt auch den Streit über die Quasicontagiosität der Cholera — ihre absolute Contagiosität behauptet jetzt wohl Niemand mehr. — Es muß sich bei einem Cholerakranken das angenommene Insekt in größter Menge finden, und deßhalb es nicht rathsam sein, ohne Pflicht in seiner Nähe zu verweilen; noch gefährlicher aber muß die Nähe von Choleraleichen sein, weil das Thier die Leiche verläßt.

2. Die ansteckenden Geschwürkrankheiten.

Noch viel wahrscheinlicher als bei den genannten Epidemien ist bei den Geschwürkrankheiten ein Thier die Ursache des Leidens; aber ein Thier, das von dem epidemischen sich wesentlich dadurch unterscheidet, daß es die Fähigkeit besitzt, sich im menschlichen Körper fortzupflanzen, ferner dadurch, daß es nicht fliegen kann,

sondern nur kriechen. Die erstere Eigenschaft des Geschwürthieres macht das Leiden zu einem chronischen, die zweite zu einem blos contagiösen, ohne die Möglichkeit epidemischer Fortpflanzung.

Hierbei habe ich die Krankheiten des Aussatzes, und besonders der Psora und Syphilis im Sinn. Bei der Psora ist die Annahme durch optische Hülfe bereits zur Gewißheit geworden; man hat die Kretzmilbe durch die Loupe beobachtet. Die andern Krankheiten sind so analog, daß man ohne Weiteres auf eine ähnliche Ursache schließen könnte, auch wenn kein anderer Vermuthungsgrund da wäre. Doch auch diesen finde ich in der Neuerzeugung dieser sogenannten Gifte im menschlichen Körper. Wenn man irgend ein anderes Gift, mineralisches, vegetabilisches, oder animalisches, z. B. Schlangift, in den menschlichen Körper bringt, so ist eine kleine Dosis zwar hinreichend, denselben zu durchdringen, seine ganze Blutmasse zu vergiften; aber das Gift verliert in demselben Maße, wie es sich ausbreitet, an Kraft — es wird nicht neu erzeugt. Bei den Geschwürgiften ist es umgekehrt; eine kleinste Gabe vergiftet, und nun producirt der vergiftete Organismus unaufhörlich neu das Gift in größester und bester Qualität.

Die Kur besteht im Schwitzen und Baden, und ausziehenden örtlichen Umschlägen, d. h. man legt engan=

schließend auf die Geschwürstellen Leinwand in kaltem Wasser ausgerungen, und sodann mit warmem Ueberzug bedeckt. — Diese Umschläge werden so oft wiederholt, als sie trocken sind; diese Umschläge sind in allen chronischen Krankheiten ein vortreffliches örtliches Stärkungs- und Ausziehungsmittel.

Durch das Schwitzen wird die Ursache der Geschwüre auf die Haut gebracht, und durch das kalte Wasser wird sie getödtet. Aber diese Kur bei Syphilis und Psora, so sicher sie auch ist, geht langsam. Deßhalb scheint mir hier im Nothfall, und nur hier allein, eine Zuhülfenahme von Medicin in solchen Fällen erlaubt, wo eine beschleunigte Kur von dringenden Verhältnissen gefordert wird. — Freilich wohl kann man jedes Geschwürthür nicht besonders umbringen, indem man das Gift in sein Privatmaul bringt; man muß durch Schwefel oder Mercur den ganzen menschlichen Körper mit vergiften. Allein die Wasserkur treibt das frisch genommene Gift so rasch auf die Haut, daß die Nachtheile desselben, so schrecklich auch sonst, doch unter dieser Bedingung nicht sehr bedeutend sein können.

Es giebt noch eine Klasse Geschwürkrankheiten, die nicht chronisch sind. Hierher gehören die Pocken, Masern, Frieseln ꝛc., deren Contagium sich nicht blos durch Berührung, sondern auch durch die Luft der Kranken-

stube fortpflanzt. Deßhalb muß ein geflügeltes Krankheitsthier supponirt werden, und zwar eine solche Gattung, die sich zwar fortpflanzt im menschlichen Körper, aber nur eine oder einige Generationen, und wenn sie in dieser Zeit den Tod nicht verursacht hat, den Tod duldet. Analogien dazu giebt es bei Ungeziefer auf einigen Pflanzenarten.

Die Kur ist fast ganz dieselbe wie bei den chronischen Geschwürübeln. Hier bei den acuten ist sie sehr rasch und sicher. Wenn Masern oder Frieseln durch Erkältung in den Körper zurückgetreten sind, so giebt es kein sicherer Mittel, sie auf die Haut zu bringen, als ein Bad mit nachfolgendem Frottiren und Warmdecken oder Einschlagen ins nasse Laken. Mit der Reaction kommen auch die Frieseln, die dann bald ausgeschwitzt und gebadet sind. —

Die Abschnitte C, D und E sind keinesweges in der Absicht geschrieben, daß irgend Jemand nach ihrer Anleitung eine der aufgeführten Krankheiten behandle. Zu diesem Zweck sind sie unbrauchbar, weil die hier aufgestellten Grundsätze in der Praxis je nach den Krankheitsgraden und verschiedenen Constitutionen verschieden modifizirt werden müssen. Die Aufstellung der Gesetze, nach welchen diese Modificationen vorgenommen werden, gehört nicht für den Zweck dieser Schrift.

F.

Erklärung des Heilprocesses bei dem unter D angegebenen Verfahren.

Ueber die Weise, in welcher die kalten Schwitzbäder die Heilung bewirken, findet sich in einer bei Brockhaus erschienenen Schrift über die Kaltwasserkur nachfolgende Auseinandersetzung:

1) Es werden schlechte Säfte, Niederschläge etc. gezwungen, dem großen Marsch zu folgen, an die Haut zu dringen, und werden sodann hinausgeschafft.

2) In die kranken und unthätigen Organe wird eine frische Circulation neuer, täglich verbesserter Säfte geführt, und rasch wieder entführt; es wird ihnen der Proceß ihrer Ernährung vorexercirt, bis sie sich in ihre Functionen wieder eingeübt haben, und sodann die Selbsternährung vornehmen, nämlich die Assimilation und Verwandlung des Zugeführten in ihr Selbst.

3) Es werden alle körperlichen Functionen in ihrer Gesammtheit in den gleichen Prozeß verflochten; die Kur wirkt nicht abgesondert auf einzelne physiologische Functionen, sondern auf den ganzen Organismus.

So oberflächlich und schief auch im Allgemeinen die Auffassung der Hydropathie in jenem Buch ist, so rich-

tig ist doch diese Ansicht, und ich unterschreibe dieselbe; nur daß ich sie weiter ausdehne, auch auf das kalte Bad ohne vorhergegangenes stundenlanges Schwitzen. Dieses Bad, besonders wenn es bei frottirter oder bettwarmer Haut genommen wird, zwingt den Organismus durch die nachfolgende Reaction, alles Mobile an die Peripherie zu stoßen, und somit treten dann die angegebenen drei heilsamen Wirkungen ein. Freilich beschleunigt es die Kur, wenn vor dem Bade geschwitzt wird; aber dies darf bei sehr schwächlichen Personen nicht geschehen, und braucht nur dann zu geschehen, wenn Krankheitsstoffe im Körper sind.

Wenn man das Sitzbad nur zur Stärkung der Verdauungskraft und der Nerven, oder zur Ableitung der Congestionen von Brust und Kopf nimmt, so dehnt man seine Dauer nicht über zehn Minuten aus; soll es aber zugleich Krankheitsstoffe aus dem Körper ziehen, so verlängert man es bis zu 20 und 40 Minuten.

Das Sitzbad hat die entschiedene Wirkung, die Thätigkeit vom Cerebralsystem mehr auf das der Ganglien zu leiten; es ist von unschätzbarem Werth für Leute, die angestrengt geistig arbeiten und dieser Ableitung bedürfen, besonders für Denker und Dichter. Ja, man sollte in ästhetischen Kränzchen nie auf Sesseln ruhen, sondern sich seine neuesten Producte im Sitzbad vorlesen.

Diejenigen Körpertheile, welche vorzugsweise täglich gebadet werden, gewinnen auffallend an äußerer Stärke. Deßhalb ist zur Zeit, wo die culs in Mode sind, das Sitzbad allen eleganten Damen angelegentlich zu empfehlen. Sie können durch anhaltende Sitzbäder sich die nöthigen Polster ersitzen, statt, wie gebräuchlich, diese verführerische Fülle aus Paris zu verschreiben. — — —

Die erste Wirkung des Sitzbades ist die entgegengesetzte von der zweiten nachhaltigen; nämlich zuerst dringt das Blut in den Kopf. Leute, bei denen dies in hohem Grade erfolgt, mögen sich kühlende Aufschläge auf den Kopf legen, doch nur wenn die Noth sie zwingt, weil die beabsichtigte Wirkung des Ableitens vom Kopf vollständiger erfolgt, wenn der Kopf trocken geblieben ist. — Es erhöhet die Wirksamkeit des Sitzbades sehr, wenn man während seiner Dauer den Unterleib stark mit den nassen Händen frottirt.

Die Wirkung der Fußbäder ist eine ganz ähnliche. Sie leiten Blut und Hitze und Krankheitsstoffe von oben herab in die Füße. Kalte Fußbäder sind das einzige durchgreifende Mittel gegen kalte Füße, besonders wenn man nach dem Bade viel geht. — Die Dauer der Fußbäder für den Zweck der Fußerwärmung ist etwa 10 Minuten, für den Zweck aber der Aufjagung und Ausziehung von Krankheitsstoffen bis 40 Minuten.

Solche Fußbäder sind besonders den Mercurialvergifteten anzurathen, weil dies Gift sich am meisten in den Extremitäten ablagert, um zu seiner Zeit Podagra oder Lähmung oder den Anfang der Wassersucht zu bewirken.

Zur Aufstörung der Krankheitsstoffe, seien es nun Sünden der Doctoren oder der eigenen Diät, giebt es kein Bad, das in so rascher und entschiedener Weise wirkt als die Douche. Die Wirkung erfolgt bisweilen fast augenblicklich; auf derselben Stelle, wo seit Jahren die Schmerzen eingeschlafen waren, weckt der Wasserstrahl sie wieder, daß sie vernehmlich schreien, ehe der Kranke aus der ersten Douche zu Hause angelangt ist. Dies Aufstören, Flüchtigmachen der entschlafenen Uebelstoffe ist ein Hauptförderniß der Kur. Es wird in geringerem Grade durch jedes kalte Bad bewirkt, mehr noch durch das kalte Schwitzbad, am meisten durch die Douche. Deßhalb kann der Mißbrauch der Douche gefährlich und tödtlich werden; Mißbrauch aber ist es, wenn man doucht, bevor man durch das kalte Schwitzbad die Hautthätigkeit geweckt und alle Hautthüren geöffnet hat, damit die aufgestörten Uebelstoffe durch sie entweichen können. — — —

Nimmt man die Wirkungen all dieser verschiedenen Bäder zusammen, so wird man es natürlich finden, daß im Verlauf der Kur sich viele Schmerzen melden; ohne

Kampf entweichen die aufgestörten Dämonen nicht, und dieser Kampf mit der Heilbestrebung des Organismus ist der Schmerzenbringer. Schmerzen, schon seit zwanzig und mehr Jahren entschlummert und vergessen, wachen wieder auf, wenn ihre Ursachstoffe noch im Körper sind, und wenn die Kur beginnt zu wirken. Zweierlei Zeichen sind erwünschte Ausspicien der Heilung: recht geröthete Haut nach dem Bad, und das Erwachen alter Schmerzen. Nicht selten brechen Narben wieder auf, wenn sie schlecht geheilt waren.

Man sieht aus diesem Allen, der gewöhnliche Heilproceß der Wasserkur bei den chronischen Krankheiten ist der, daß sie den Körper aus seinem Resigniren aufstachelt zum Revoltiren gegen den eingedrungenen Krankheitstyrannen, und daß sie dem Körper getreulich beisteht im Heraustreiben dieses schlimmsten aller Tyrannen; mit andern Worten, die Wasserkur verwandelt das chronische Leiden in einen acuten Kampf — Krisis genannt auf dem Gräfenberg — und wenn dieser eingeleitet ist, heilt sie den Körper sicher und gründlich. — Ehe der kranke Körper diesen Kampf beginnt, ist schon die Macht seines Feindes sehr geschwächt — durch Schweiß und andere Entleerungen ist schon viel Krankheitsstoff entfernt — der Körper eröffnet die Schlacht nicht, ohne vorher seine und seines Feindes Kräfte be-

rechnet und ein Uebergewicht auf seiner Seite gefunden zu haben; hierin leitet den Organismus ein so sicherer Instinkt, daß man dreist behaupten kann, es entwickelt sich nie eine acute Krankheit, wenn der Körper nicht die Uebergewalt über seinen Feind hat; wenn er dennoch unterliegt, so ist immer die Diät oder die Behandlung des Arztes schuld.

Der scharfsinnige Hahnemann und seine Schüler können sich nicht erklären, wie im Heilreich ihr Grundsatz «similia similibus» seinen Wirkungsproceß geltend mache. Er thut es dadurch, daß die similia den Körper zum acuten Kampf anregen (in chronischen Leiden), oder den acuten Kampf steigern in schon acuten Krankheiten. Aus dieser Erklärung folgt, daß die Wirksamkeit der Homöopathie bei acuten Krankheiten von keiner Bedeutung sein kann, jedoch möglicherweise in chronischen Leiden.

G.

Die Gräfenberger Krisen und die Behandlung derselben.

Die Krisen spielen eine Hauptrolle auf dem Gräfenberg, die Krisen sind das Hauptgespräch, die Krisen sind die sehnlichsten Wünsche aller Patienten.

Die Krisis also ist die Erhebung des Organismus zum Kampf gegen seinen chronischen Feind, ist acuter Befreiungsversuch. Deßhalb sind die Krisen von all den Symptomen acuter Krankheiten begleitet, immer mit Fieber, freilich dann nur mit schwachem, wenn der Organismus und sein Feind keine kräftigen Kämpen mehr sind, oder wenn die Uebergewalt des Organismus über seinen Feind sehr entschieden ist.

Die Wirkung der Krisis ist das Hinausstoßen des Krankheitsstoffes mittelst Urin, Excrementen, Schweiß oder Geschwüren, und bei Behandlung der Krisis ist es der leitende Grundsatz des Hydropathen, daß er den Kampf nicht aufrege, wenn er sieht, der Feind besitze noch zu viele Kraft und könne tödten; sodann werden alle erregenden Mittel bei Seite gelegt. Dieser Grundsatz bekommt je nach den speciellen Krankheitsfällen folgende practische Formen:

Wenn der Organismus ein heftiges Fieber zur Hülfe gerufen hat, um Geschwüre zu bilden, so läßt man wiederholt in nasse Leintücher schlagen. Dadurch wird theils der Ausschlag, der unter der Haut sitzt, hinausgetrieben, theils wird das Fieber gelindert.

Wenn aber die kritischen Erscheinungen in zu großer Menge und Heftigkeit auftreten und zu viele und große Geschwüre sich zeigen: dann muß das kalte Wasser ganz bei

Seite gesetzt werden, weil es die Krisis steigert, und dann darf nichts geschehen, als Abwaschungen mit abgeschrecktem Wasser — um die Haut offen zu halten — und außerdem bisweilen gelindes Schwitzen.

Aus dem aufgestellten Grundsatz folgt, daß bei kritischen Erscheinungen ernster Art zuerst die Douche, als das aufregendste Bad, eingestellt wird. Wenn jedoch der Ausschlag nichts ist als leichte Badefrieseln, so doucht man eifrig weiter, und wendet erwärmende, ausziehende nasse Umschläge an. Diese Umschläge werden so oft erneuert, als sie trocken werden, im Gegensatz zu den kühlenden Umschlägen, die erneuert werden, sobald sie erwarmen. Der kühlenden Umschläge bedient man sich nur bei sehr schmerzhaften und entzündeten Geschwüren; man fürchte nicht, daß sie das Geschwür durch ihre Kälte zurückdrängen; das thut wohl die kalte Luft, nie aber das kalte Wasser. — Der Gebrauch der erwärmenden Umschläge ist ein sehr umfassender bei der Wasserkur; sie werden auch außerhalb der Krisis viel gebraucht; z. B. um den Leib geschlagen zur Stärkung des Magens und Unterleibes, ebenso um die Brust, ferner auf die Blasengegend gelegt zur Hebung von Blasenkrämpfen. Ihre weitere Anwendung zu detailliren erlaubt der Zweck dieser Schrift nicht, sondern es erheischt derselbe nur zu sagen, daß diese Umschläge zugleich stärken und Krank-

heitsstoffe ausziehen. Den Grundsatz kann jeder denkende Leser auf alle Fälle der Praxis anwenden, ohne daß dieselben ihm aufgezählt werden. Auch ergiebt sich aus diesem Grundsatz, daß diese Umschläge langer Zeit bedürfen, oft eines Jahres, um den beabsichtigten Zweck zu erreichen.

Die erste aller Regeln bei der Krisis ist die: Verzage nicht, wenn sie kommt, die du gerufen, die kritische Zeit mit ihren Schmerzen und Nöthen und Drohungen. Wenn du nach langem Gebrauch der Kur dich so gebessert fühlst, so wohl, daß du meinen möchtest, es sei Alles vorüber, dann sei gefaßt auf den entscheidenden Kampf. Nie wird dieser eröffnet, ehe der Organismus sich sehr erholt hat, und soviel Kräfte gewonnen, daß er dem Feind gewachsen ist.

Wenn du bei eintretender Krisis die Kur und dich feige im Stich lässest, so gleichst du dem Jäger, der den Tiger aus der Höhle gereizt hat, und dann davonläuft vor dem Ungethüm. Der Jäger wird gefressen, und dir ergeht es nicht besser, wenn du der Thorheit und Feigheit die Krone dadurch aufsetzest, daß du Hülfe bei einem Medicindoctor suchest. Dieselbe Medicin, die dir in andern Zeiten nur eine mäßige und gebräuchliche Vergiftung beigebracht hätt, die tödtet dich in der Wasserkur. — —

Wenn alle Nerven in dir schreien und kratzen wie ein Orchester, daß stimmt: so freue dich, es stimmt dein Körper die Instrumente, um dir die Symphonie der Gesundheit aufzuspielen!

Wenn die Schmerzensstöße der Krisis dich treffen, Hurrah! Es sind die Trompetenstöße der wiederkehrenden Gesundheit!

II.

Gräfenberger Kurbilder.

Jetzt hoff' ich so weit gelangt zu sein, daß ich bei einigen Lesern Glauben finde an die Krankheitsgeschichten, die ich nun erzählen will.

1. Chronisches Leberleiden in Folge medicinischer Behandlung einer Leberentzündung.

Ein Fräulein zart und bejahrt, wenigstens bei der Sonnenwende angelangt, suchte in Gräfenberg Heil gegen ein altes und schweres Leberleiden. Das Siechthum datirte sich von einer Leberentzündung, die von einem Allopathen hauptsächlich mit Mercur behandelt war.

Prießnitz schickte sie in die Schwitzbäder und unter die Douche. Nach langer Zeit kam Krisis mit Furunkeln, durch welche zweifellos der Mercur ausgestoßen wurde. Denn sobald die Geschwüre abheilten, stellte sich

die alte Leberentzündung wieder ein. — «Jetzt sind Sie geheilt», sagte Prießnitz — sie war es nach einigen Wochen. — —

Der Causalnexus in dieser Krankheitsgeschichte ist klar dieser. Ein feindlicher Stoff, vielleicht in Folge Erkältung, hatte sich auf die Leber geworfen, und diese hatte, beim eifrigen Bestreben ihn abzuwerfen, sich erhitzt entzündet. Nun war die Pflaster- und Pillen-Facultät mit dem «antiphlogistischen» Mercur eingeschritten, hatte den Kampf gelähmt, indem sie durch das eingeflößte Gift dem Organismus die Kräfte dazu genommen — das chronische Siechthum war seitdem vollendet. Sowie durch die gräfenberger Kur das Medicingift aus dem Körper getrieben war, raffte derselbe sich wieder auf zum alten Kampf gegen den alten Feindesstoff, der noch immer auf der Leber lag. Die acute Entzündung kam wieder, und gleich hinterdrein unter der segensreichen Hand des Prießnitz die vollständigste Genesung. — —

So sind die Antiphlogistica alle — sei es nun ein Medicament, oder die Lanzette, oder der Schröpfkopf und Blutegel — sie heben die acute Krankheit durch Schwächung des Organismus, und entweder tödten sie dadurch, oder sie begründen das chronische Siechthum. Deßhalb die schweren Nachwehen nach allopathisch behandelten Entzündungen; die Doctoren freilich reden sich

und den Kranken ein, das läge so in der Natur dieser Uebel. — Geht nach dem Gräfenberg und beobachtet die Entzündungskrankheiten, die Prießnitz heilt! Nach einigen Tagen, höchstens Wochen sind sie spurlos ohne Nachwehen verschwunden.

2. Rückenschmerzen und Gicht als Folge einer Mercurialkur.

Ein östreichischer Offizier, 50 Jahre alt, aber von guter Constitution und noch thätigem Hautsystem, wurde von Gicht und verzweifelten Rückenschmerzen zum Prießnitz getrieben, nachdem er bei einem Dutzend Medicindoctoren umsonst Hülfe gesucht.

«Haben halt früher Mercur bekommen?» fragt Prießnitz. «Ja», lautet die Antwort, «aber das sind dreißig Jahre her, und erst lange nach jener Kur stellten sich meine Leiden ein, die mit jedem Jahr wachsen. Mit dem Mercur also können sie nichts zu schaffen haben.»

Ueber Prießnitz Gesicht flog das ihm eigenthümliche Lächeln, das vergänglich ist wie der Blitz und fein bis zur Unmerklichkeit für den gewöhnlichen Zuschauer.

«Sie sollen noch andere Dinge erleben», sagte er, «Sie sollen — wenn Ihre Kur gedeiht — das syphilitische Geschür wieder erscheinen sehen, und genau an

derselben Stelle, von welcher es durch Ihren Doctor in Ihren Leib getrieben ist.»

Es dauerte fünf Monate, ehe die Krisis kam; doch bedeutende Linderung der Leiden und Kräftigung des Organismus war schon gekommen. Im sechsten Mond stellten sich Badefrieseln ein, und, nachdem diese abgeheilt, im siebenten Furunkeln und kleinere Geschwüre, in summa 160 Exemplare! Das war eine der schrecklichsten und gefährlichsten Krisen, die auf dem Gräfenberg vorgekommen sind. Nachdem sie überstanden, fühlte der Patient sich sehr wohl, hatte kolossalen Appetit, wurde fleischig und kräftig, und glaubte die Kur beendet.

«Wollen halt schauen, was nachkommt!» sagte Prießnitz, und schickt ihn wieder unter die Douche. Nach drei Wochen erschallt die Lärmtrommel im Körper des Kranken von Neuem — neue Krisis — neue 60 bis 70 Geschwüre. Dann wieder einige Wochen Ruhe, und noch einmal 20 Geschwüre, und zum allerletztenmal debütiren endlich ein Dutzend Furunkeln. Nachdem so der Mercur ausgetrieben ist, kommt das syphilitische Geschwür richtig zum Vorschein; doch schon nach zwei Wochen war der Rückstand dieses Giftes ausgeschwitzt und ausgebadet — ohne Mercur.

«Jetzt», meinte Prießnitz, «dürfen Sie glauben, daß Sie gesund sind.»

Ich brauche nicht hinzuzusetzen, daß die Rückenschmerzen für immer gewichen waren, und daß der Offizier leicht und froh und lebensdurstig wie ein Neugeborener vom Gräfenberg hinabfuhr. — —

Das ist eine gräfenberger Heilung von Mercur und zurückgedrängter Syphilis, eine aus dem Tausend.

Es hat sich auf dem Gräfenberg zweifellos die Erfahrung festgestellt, daß eine Mercurvergiftung nur durch die Wasserkur gehoben werden kann. Es ist ferner höchstwahrscheinlich, daß die Syphilis nie durch medicinische Behandlung geheilt ist, gewiß aber, daß dies äußerst selten geschieht, wenn auch Arzt und Patient es glauben, und wenn auch nach der Kur alle syphilitischen Symptome für immer verschwinden. Es wird dies Gift durch den gegebenen Mercur nur eingewickelt, und mit ihm zusammen im Innern des Körpers festgehalten. Fast alle früher syphilitischen Personen, die auf dem Gräfenberg eine gute Kur gemacht haben, oft eine Kur wegen vermeintlich neuer ganz anderer Uebel, haben zu ihrem großen Erstaunen am Ende das längst vergessene syphilitische Symptom wiederbekommen.

Wer je in seinem Leben Mercur genossen, der mag sicher bei jeder spätern Krankheit darauf rechnen, daß der Mercur eine Hauptrolle dabei spielt, oder gar die einzige, wenn gleich maskirte. Mehre Belege zu dieser

Behauptung ereigneten sich während meiner Anwesenheit auf dem Gräfenberg. Hier nur einer:

Ein östreichischer Oekonomiebeamter, dem Anschein nach von 40 Jahren und sehr kräftiger Constitution, kam mit einem kniesteifen und schwindenden Bein. Er maß dem Sturz mit einem Pferd, den er vor neun Jahren gethan, die ganze Schuld bei, er hatte es fast vergessen, daß er vor 18 Jahren, also 9 Jahre vor dem Fall, eine sehr leichte und «glückliche» Mercurialkur gemacht. — Schon in der dritten Woche der Wasserkur bekam er kleinen Ausschlag auf dem steifen Knie, dann große Geschwüre, voilà der Mercur! In der fünften Woche konnte er das Kniegelenk schon beugen, und in der siebenten reisete er, freilich zu früh, von Geschäften gerufen, nach Hause, um für sich die Kur fortzusetzen. —

Prießnitz hat bei vielen Personen die Erfahrung gemacht, daß der Mercur viele Jahre ganz unthätig im Menschen liegen kann, und zu schlafen scheint. Aber er liegt nur auf der Lauer wie eine Schlange, und sobald irgend eine andere Krankheit den Körper befällt, kommt er sicherlich aus seinem Versteck gekrochen, um den Giftzahn beim Zerstörungsgeschäft in Thätigkeit zu setzen.

Niemand also bedarf mehr einer ernstlichen gräfenberger Kur als der Mercurvergiftete — ausgenommen die deutsche Sprache, die noch mehr bedarf, daß sie die

«curiale» Steifigkeit der Gelenke ausschwitze, und ausbade das bombastische Gliedwasser und die doctrinairen Niederschläge, und besonders daß ihre Fibern sich zusammenziehen und kürzen und härten in der Frische eines kalten Bades! — — —

Es ist bei keiner Krankheit die Krisis heftiger, schmerzhafter durch Geschwüre, als beim Mercurialsiechthum. Deßhalb ist besonders hier die Kur unter Prießnitz Augen anzurathen. Für den, der das nicht kann, diene die Nachricht, daß die Kur im Douchen, kalten Schwitz- und Sitzbad bestehe; es sei ihm ferner gerathen, daß er nicht erschrecke, wenn er, nach Befreiung vom Mercur, das Ursprungsgift, das er vergiftet wähnte, im äußern Symptom wieder aufleben sieht. Er wende örtliche erwärmende Umschläge an und schwitze und bade weiter, bis der widerliche Feind Abschied nimmt auf immer.

3. Kopfgicht.

Ein Mann von mittleren Jahren, Kaufmann — wenn ich nicht irre — aus Böhmen, suchte beim Prießnitz Befreiung von langjähriger qualvoller Kopfgicht. Im Verlauf der Kur stellte sich bald Linderung ein; aber plötzlich kehrte das Uebel mit doppelter Gewalt zurück. Es kommt Fieber hinzu, und eines Abends wird dem Prießnitz gemeldet, der Patient rase auf

schreckliche Weise, zerschlage die Fenster, und wolle seine Frau umbringen.

«Sehr gut!» sagt Prießnitz, «nun wird er geheilt.» Ein Doctor, der diese Worte hört, zweifelt nicht, daß Prießnitz selber rase, und fragt ganz erstaunt, wie das ein Zeichen der Heilung sein könne?

«Weil», entgegnete Prießnitz, «sich ein Geschwür in seinem Kopf bildet, das sich und allen Krankheitsstoff durch die Gehörgänge entladen wird.»

Der Doctor öffnete noch erstaunter seinen Mund, aber nicht um etwas Gescheites zu sagen, sondern um ein nicht sehr gescheites Gesicht zu machen.

Es kam buchstäblich, wie es Prießnitz vorhergesagt. Er hat die wiederholte Erfahrung gemacht, daß bei schweren rheumatischen Kopf= und Augenleiden sich Geschwüre im Innern bilden, die durch die Ohren abfließen. — — Der Kranke hatte früher eine acute Kopfkrankheit — ich glaube Hirnentzündung — gehabt, die allopathisch durch irgend ein Antiphlogisticum geheilt war, oder vielmehr verwandelt in chronisches Elend.

4. Auferweckung eines Ertrunkenen.

Diese Geschichte ist mehr spaßhaft, auch will ich keine Bürgschaft ihrer Wahrheit übernehmen, obgleich dieselbe mir von mehren Seiten versichert wurde.

Ein Candidat der Theologie sah auf dem Gräfenberg seine Baarschaft schwinden, bevor die Kur beendet war. Nur noch eine Woche Frist, und noch keine Anzeichen der sehnlich verlangten Krisis! In der Verzweiflung begab er sich mit einem Becher an eine Quelle im nahen Fichtenwald, um durch ungeheures Trinken seinen Wunsch zu ertrotzen. — Daselbst fanden ihn nach vielen Stunden gräfenberger Gäste, und zwar leblos, im Zustand eines Ertrunkenen. Die stärksten Frottirungen, die Prießnitz verordnete, waren umsonst, und zwei gegenwärtige Doctoren erklärten den Candidaten für unrettbar todt. Nicht also Prießnitz; obgleich ihm dieser Fall nie vorgekommen war, ersann er blitzschnell und doch besonnen eine Rettung. Das ist das Merkmal des Genius.

Er schaffte eine kleine Feuerspritze herbei, und hielt dem Candidat der Theologie und des Todes den Strahl auf die Magengegend. Sieh da, der Leichnam war so unverschämt, den Ausspruch der Doctoren zu schanden zu machen dadurch, daß er sich rührte und die Augen öffnete und vomirte.

Mit solchen Heroen ist's aber dem Prießnitz nicht gedient, weil sie seine Anstalt in schlechten Ruf bringen können. Deßhalb wurde dem Candidaten der Paß gereicht.

I.

Rathschläge für Candidaten der Wasserkur.

Wer die Wasserkur nur zur Stärkung eines schwachen Organismus oder einzelnen Organs gebrauchen will, den verweise ich auf den Abschnitt: «Die beste Diät.»

Wer aber Feinde im Körper hat, wirkliche Krankheitsstoffe, entweder allopathische Medicamente, oder gichtische, hämorrhoidalische, scharfe und verdorbene Säfte u. s. w., der thut am besten, wenn er zu den Quellen des Gräberges selber geht; denn es giebt nur einen Prießnitz in der Welt, und dieser Prießnitz ist ein Schutzgeist gegen die Gefahren der Krisen. Nur muß der Patient volle ungemessene Zeit zur Kur mitbringen; wer die Kur zu einem bestimmten Termin abmachen soll, der bleibe lieber daheim, es sei denn, daß er nur auf den Gräfenberg geht, um die Sache zu studiren.

Wer weder die Mittel zu einer Saison, noch zu einer Kurzeit auf dem Gräfenberg hat, der thue sich um nach einem Mann, der die Praxis aus eigener Erfahrung kennt; von diesem lasse er sich besonders in allen mechanischen Vor- und Verrichtungen unterweisen, und hole sich Instruction für die Zeit der Krisis; zugleich belehre er sich aus den bisher erschienenen Wasserkurschriften. — —

Die günstigsten Jahreszeiten für Hervorrufung der Krisis sind das Frühjahr und der Herbst. In diesen Zeiten drängt die Natur selbst zur Krisis; es sind die wahren Heilzeiten, die nur unter den Händen der Allopathie zu Unheilzeiten werden. In diesen Zeiten macht jede Natur, die Lebenskraft hat, einen Versuch zur Abstoßung aller innewohnenden Feindesstoffe. Bei verkehrter Behandlung und Diät freilich führen diese Versuche leicht zum Tode oder zur chronischen Verschlimmerung des Gesundheitszustandes; aber unter den Händen der Hydropathie führen sie am rascheſten zur Genesung.

Die Menge nennt diese Zeiten die ungesunden, weil sie gewohnt ist, sich von den Täuschungen der Oberfläche blenden zu lassen, ohne Sehkraft in das Wesen der Dinge.

K.

Von der Verbreitung der Hydropathie und ihren Aussichten auf Herrschaft.

Diese Aussichten sind noch fern und dunkel. Die Hydropathie wird, für die nächste Zukunft gewiß, vielleicht auch für die entferntere, verhältnißmäßig nur wenig Anhänger finden*).

*) Die Ereignisse der neuesten Zeit scheinen Gottlob! diese unglückliche Prophezeihung zu schande zu machen. Es entsteht

Warum?

Weil die Wasserkur gegen chronische Leiden so beschwerlich und langwierig ist, daß nur wenige Menschen die Willenskraft haben, sie bis ans Ende zu führen; wer aber in der Mitte davon läuft, der hat verschlimmert statt zu heilen. — Außerdem ist eine Wasserkur gegen chronische Uebel für die Mehrzahl der Menschen, selbst beim stärksten Willen, unmöglich wegen der hindernden Verhältnisse. Woher soll der Tagelöhner, ferner jeder Dienende, selbst die meisten Staatsdiener nicht ausgenommen, täglich sechs bis sieben Stunden Zeit für die Kur gewinnen? Das ist's nicht allein; denn auch in den übrigen Stunden kann der Patient nicht mit vollen Kräften arbeiten, weil die Kur, besonders im Anfang, sehr angreift. Das Alles ginge noch, wenn es in einer gewöhnlichen Saisonfrist von vier Wochen abgemacht wäre, statt in vier Mouaten — vielleicht auch erst in zwölfen.

Das ist das Hinderniß bei chronischen Uebeln. Bei acuten Krankheiten tritt ein anderes auf; es hat die Wasserkur ein so drohend feindliches Gesicht, daß den Menschen der Muth entsinkt. Im vollsten Fieber, in

---

rasch eine neue Wasserheilanstalt nach der andern, und das Publikum zeigt die wärmste Theilnahme für die segensreichen Entdeckungen des großen Prießnitz. Anm. der 2. Auflage.

der Lebensgefahr in die eiskalte Wanne! Wie unsinnig, ja scheußlich! — Sie haben ganz Recht, Frau Base und Jungfer Muhme, für Sie ist es Unsinn, bleiben Sie immerhin bei Kamillen und Pillen. —

Das ist ein Hinderniß; das zweite ist's, weil das Wasser ein so alltäglich pöbelhaftes Wesen ist, das man in jedem Bache findet und auf jede Gasse gießt. Das kann die stupide Masse der Menschen nicht begreifen, daß alles Häufigste in der Welt auch das Segensreichste ist. Um die ganze Erde fluthet die Luft, die Lebenerhaltende, und zwei Drittel dieser Erde sind bedeckt mit dem Wasser, dem Gesundheitgebenden. Alles Seltene ist schädlich oder entbehrlich; unter den Pflanzen ist am seltensten die Giftpflanze, unter den Metallen das Gold, unter den Steinen der Diamant. Aber gerade diesen Dingen gelten die heißesten Wünsche der komischen Menschenrace — sie kämpfet um Gold und Edelgestein, forschet und rennet nach der Giftpflanze, brauet braune ekelhafte Mixturen daraus, und läßt sich für die letzte Habe vergiften, zufrieden und erquickt vom Anblick des Mixturendoctors, besonders wenn er recht geheimnißvolle Gesichter zu machen versteht, Gesichter wie ein indianischer Zauberer.

So ist es und so wird es bleiben.

Viel mehr Mittel zu ihrer Verbreitung hat schon die

Homöopathie. Sind doch ihre Kuren nicht so unbequem, nicht so zum Erschrecken für den Weichling, hat sie doch etwas Geheimnißvolles, indem sie künstliche Mittel giebt, die der Laie nicht bereiten kann.

Noch mehr Lockungen, allmächtige Reize für das Menschengeschlecht bietet die Allopathie, die vielleicht niemals untergehen wird, obgleich ihre Wirkungen schlimmer sind als die aller Krankheiten zusammen.

Noch ein anderes Wesen giebt es, das häßlichste, das schrecklichste auf dieser Erde, der Urquell alles Elends, der erst versiegen wird, wenn die Adern der letzten Menschen gerinnen und versiegen — das Laster. Die Allopathie und das Laster haben gleiche Stützen in der Willensschwäche, Sinnenschwäche und Geistesschwäche der meisten Menschen; die Allopathie und das Laster thun allerdings wohl in ihren ersten Wirkungen — um so gewisser aber hinkt das Siechthum und die Verzweiflung hinterdrein!

Weil die Uebelwirkungen der Allopathie so spät kommen, haben die Jünger dieser Arzneischule Zeit, ihre Patienten und sich selbst der Täuschung hinzugeben, daß diese späten Leiden ganz neue Leiden sind, außer allem Zusammenhang mit den Medicamenten. Wenn diese Heilkünstler einen acuten Kampf niedergedrückt haben, und der alte Krankheitsstoff in einer neuen Form wieder

auftritt und tödtet: so heißt es, die ursprüngliche Krankheit war geheilt, und nun ist eine neue hinzukommen. — Nein, keine neue, sondern die alte in neuer Form, und deßhalb diesmal siegreich — d. h. tödtend, weil durch die früheren Medicamente die Heilkraft des Organismus niedergedrückt war. — —

Prießnitz ist der Meinung, daß die Hydropathie nie durch Aerzte von Fach verbreitet werden könne. Er traut den Doctoren selbst dann nicht, wenn sie lobpreisend und bewundernd zu ihm sprechen, — er hat einmal einen Zahn auf die Doctoren. Wenn sie ihn um Belehrung angehen, so giebt er gewöhnlich eine nichtssagende ausweichende Antwort, weil sie «doch nur Komödie spielen.» Denn, meint er, es ist schwer zu verlangen, daß ein Mensch, der viele Jahre alle Kräfte seines Kopfes an ein Studium gesetzt, soll später begreifen, er habe sein bestes Leben daran verschwendet, eine hohle Nuß zu knacken, eine Nuß, die Würmer und Fäulniß innen hat. Und wenn er's begriffen, so wird's ihm noch saurer, daß er's eingesteht, und daß er um der Wahrheit willen sich und Frau und Kind dem Hunger preisgiebt. Dazu gehört ein Heroismus, der nicht Jedermanns Erbtheil wurde. — Ich finde, daß Prießnitz durch diese Voraussetzungen einen sehr scharfen Blick in die Köpfe und Herzen der Menschen beurkundet, und finde es deßhalb ver-

zeihlich, wenn Prießnitz gewöhnlich die Annäherung der Doctoren höflich zurückweiset.

Viel feindlicher ist er der Homöopathie als der Allopathie aus diesem Grunde: er glaubt an das baldige Ende der Allopathie, weil ihre Sünden so handgreiflich sind; er fürchtet in ihr keine Nebenbuhlerin, weil er eine Leiche in ihr sieht. Diese Vermuthungen (die ich für irrig halte) sind ihm durch seine Kurgäste gebracht. Die meisten derselben kommen mit chronischen Leiden, die sie der Allopathie verdanken; sie haben später ohne Erfolg Hülfe bei der Homöopathie gesucht, und nun lautet ihr medicinisches Glaubensbekenntniß: Die Allopathie schafft Unheil und die Homöopathie kein Heil. Weil ihnen durch schmerzliche Erfahrungen die Augen geöffnet sind, glauben sie, sie seien der ganzen Welt schon offen, und sprechen so zum Prießnitz. Ueberdies sind die meisten Kurgäste aus den östreichischen Staaten, und allda scheint unter den höheren Ständen die Homöopathie zu siegen über ihre alte Gegnerin. In Ungarn soll das schon so entschieden sein, daß der gute Ton verbietet, einen Allopathen ins Haus zu rufen.

Ferner sieht Prießnitz, daß es der Allopathie unmöglich ist, sich je mit der Hydropathie zu verbinden, nicht aber der Homöopathie. Da ist er ergrimmt in der Furcht, diese Schule möge mit ihrer Charlatanerie dem

geliebten Wasser die Ehre entreißen, und so das alte Blendwerk und den alten Betrug gegen die Laien verewigen. Es sind schon von mehren Homöopathen Wasserheilanstalten angelegt, um beide Kurweisen zu verbinden. «Sie schieben nebenher ein Decillionpülverchen zum Blendwerk ein, damit das Privilegium des Heilens in der Kaste bleibe und die Menschen in der Täuschung» — so spricht Prießnitz.

So viel von seiner Antipathie gegen die Doctoren. Hingegen ist er bereit, den Laien Auskunft über seine Heilmethode zu geben, und wünscht sehnlichst ihre allgemeine Verbreitung, obgleich sein Geldinteresse dadurch beeinträchtigt wird. — Es wäre für die sieche Menschheit ein großes Glück, wenn ein schriftfähiger denkender Mann ein Jahr oder mehr daran wenden wollte, um unter Prießnitz Leitung und Dictaten ein vollständiges und brauchbares Handbuch der Hydropathie auszuarbeiten. — Aber freilich gehört viel Aufopferung dazu — oder Unempfindlichkeit des geistigen Gaumens, um sich bei den Details der Schäden und der Geschwüre nicht zu ekeln.

Töchteranstalten à la Gräfenberg sind in Oestreich schon viele eingerichtet. Ich weiß sie nicht alle namhaft zu machen; bei Wien existirt eine, und eine zu Neurode in der Grafschaft Glatz.

In Freiberg, für Sachsen, intendirt K. Munde,

der Schriftsteller über Hydropathie, eine solche Entreprise, und eine andere für Schlesien existirt bei Breslau. Für Norddeutschland ist die nächste zu Elgerburg bei Ilmenau, deren Einrichtung in Bezug auf Eleganz und Comfort mir empfohlen wurde, ebenso ihr Director, der Dr. Martiny, als ein einsichtsvoller Hydropath.

Wie es im Südwesten von Deutschland aussieht, kann ich nicht angeben; nur las ich in der Allgemeinen Zeitung, daß in der siebenten Sitzung der baierschen Kammer für 1837 dem Ministerium des Innern jährlich 4000 Gulden für Wasserheilanstalten anheimgestellt sind.

Das schönste Land für ein europäisches Gräfenberg ist die Schweiz mit ihren Quellen. Dahin strömen die notabelsten Reisenden aus allen Gegenden Europa's, und da werden künftig die fabelhaft reichen Lords ihre Gebrechen ausbaden. —

Seit dem ersten Abdruck dieser Schrift ist mir die Kunde von mancher neuen Wasserheilanstalt geworden. Ich nenne darunter Ilmenau und Berlin, Dresden, Hamburg, Boppart am Rheim u. s. w.

Selbst nach Rußland ist die Hydropathie schon verpflanzt durch den Dr. Harder, der drei Viertel Jahr lang beim Prießnitz selbst gelernt hat. In Anerkennung der

segensreichen Früchte dieser neuen Petersburger Wasserheilanstalt ist Herr Harder vom Kaiser in den Adelstand erhoben worden.

L.

Zusatznote über den magnetischen Schwitzdoctor Schroot zu Lindewiese am Fuß des Gräfenberg.

Nur wer über den Gräfenberg schreibt, kann darauf verfallen, des Magnetiseurs in Lindewiese zu erwähnen. Mich bewog dazu der in jüngster Zeit wachsende Ruf dieses Mannes, und seine Bemühungen, Kurgäste vom Gräfenberg in seine Behandlung zu ziehen.

Schroot legt bei seiner Kur am meisten Gewicht auf seinen natürlichen Magnetismus, den er den kranken Körperleiden seiner Patienten und ihrem Trinkwasser mitzutheilen vorgiebt. Wer aber weiß, daß er seit vielen Jahren eine sehr große Zahl von Leuten (aus dem niedrigsten Stande) behandelt hat, der weiß auch, daß hier der stärkste Magnetiseur sich längst entladen und getödtet haben würde. Von seinem Magnetismus kann also keine Rede sein.

Seine übrige Kur besteht im Hungern und Schwitzen, ohne alles Baden. Er läßt täglich zweimal, je drei

Stunden, schwitzen; kein Wunder also, wenn seine Patienten aussehen, als wären sie dabei, den ganzen Körper auszuschwitzen. Nichts schwächt, ruinirt mehr, als ein so unsinniges Schwitzen, dazu ohne nachfolgendes kalte Bad.

Ich warne Jedermann vor dem Unglück einer solchen Kur, die, selbst wenn sie den Krankheitsstoff austriebe, noch ein Unglück wäre, weil sie den Magen destruirt, und den ganzen Organismus empfänglich macht für die feindlichen Angriffe der Außenwelt.

Doch auch dies Ausschwitzen halte ich für unmöglich. Man kann nicht durch äußere Gewalt dem menschlichen Körper sein Böses auspressen und quetschen; je schwächer der Organismus wird, desto tiefer dringen die Wurzeln der Krankheit. Jede Hungerkur ist eine Sünde gegen das Heilsystem der Natur, weil nach diesem System kein Organismus durch etwas Anderes geheilt werden kann, als durch seine eigene Kraft. Aber es versiegt die Kraft ohne den täglichen Zufluß von Saft. — —

Ich will damit die Gräfenberger Mahlzeiten nicht beschützen. Sie sind mit Recht viel getadelt worden; denn da wird nicht gegessen wie von Gesunden, sondern wie von Heißhungrigen nach einer Belagerung. Die ganze Kur erregt den enormen Hunger. — Besonders sollte Prießnitz etwas thun, um den Magenkranken das Bei-

spiel des Schlingens zu entziehen, weil die meisten Kranken dieser Art ohnehin schon zum Zuviel bei Tafel geneigt sind. Vielleicht wär' es am besten, diesen Kranken an besonderer Tafel gemessene Portionen zu reichen, und auch die Qualität der Speisen etwas mehr nach ihrem Zustand zuzurichten.

IV.

Die beste Diät.

Die heutige Generation der Menschen ringt nach geistiger Verjüngung. Zuerst sollte sie leiblich jung und gesund werden, und die Cholerabauchbinden und wollenen Kamisöler abwerfen, und besonders sich neu häuten im kalten Bade! — — — — —

Ich habe bisher davon gesprochen, wie man sich von Krankheiten heilen solle, und will jetzt meine Meinung sagen, wie man sich am besten schütze gegen die Krankheiten der Zukunft. —

Am Morgen, wenn du erwachst, springe jäh aus den Decken, als seist du schon gestiefelt und gespornt, und erquicke deine Haut in der kalten Wanne. — Wer die-

ses nicht haben kann, lasse sich das Wasser aus Eimern überstürzen und wasche den ganzen Leib — das kann Jedermann haben.

Wenn du nicht ganz warm beim Erwachen bist, so frottire die Haut so lange mit den Händen, bis sie sehr warm ist, und dann erst bade.

Nach dem Bad bewege dich im Freien, bis die Reaction der Wärme kommt; wenn dies Gefühl der Behaglichkeit zu Hause in der Ruhe nachläßt, so lege dich in warme Decken, bis die vollkommenste Reaction da ist.

Nach dem Spaziergang frühstücke Brod und Butter und rohe kalte Milch, unabgerahmt und möglichst frisch.

Hier eine Anmerkung zu der Kälte der Speisen und Getränke.

Der Genuß alles Warmen schwächt den Magen, der des Kalten stärket ihn. Freilich ist einem verweichlichten Magen die erste Zeit des Ueberganges von warmer Diät zu kalter äußerst empfindlich und beschwerlich; aber bald ist er in Gewohnheit und erstarket auf wunderbare Weise. Der Grund, weßhalb das Kalte den Magen stärket, ist derselbe wie bei der Haut. Wenn Warmes an die Haut oder in den Magen kommt, so ist die erste Wirkung eine erhöhte Temperatur; deßhalb bringt die Reaction, die immer das Entgegengesetzte erstrebt,

hier eine herabgedrückte Temperatur und herabgedrückte Thätigkeit. Mit der Kälte ist's umgekehrt; die Kälte erweiset außer dieser höchst wohlthätigen Reaction der Wärme und somit gesteigerter Thätigkeit, dem Magen und der Haut noch die Wohlthat der Zusammenziehung der Fibern.

Die Erfahrungen auf dem Gräfenberg haben die Wohlthat kalter oder sehr abgekühlter Speisen auf's Vollkommenste bestätigt; Personen, die in hohem Grade an Verdauungsschwäche litten, wurden durch monatelange kalte Diät hergestellt.

Jetzt zur Vertheidigung der Milch.

Die allgemeine Meinung ist, daß die Milch verschleimt; das kann aber nur von gekochter Milch eingeräumt werden. Sobald man sich an rohe Milch gewöhnt hat, empfindet man ihre Wohlthätigkeit für den Magen; außerdem enthält sie den gedeihlichsten aller Nahrungsstoffe, und ist als Gegenmittel gegen scharfe Säfte, sowie gegen alte und neue Medicinvergiftung von vorzüglichster Wirkung.

Wer einen Widerwillen gegen rohe Milch nicht bezwingen kann, der frühstücke entweder blos Wasser zum Butterbrod und ersetze die Milch durch kalten Braten, oder was ihm sonst mundet, wenn es nur nichts Gegohrenes und nichts aus fremder Zone ist, also besonders kein Kaffe!

Aus diesem Grunde warne ich vor allem Fremdländischen:

Es sind die genießbaren Producte einer Zone nur gesund in ihrer Vaterlandszone.

Ich bedurfte der Beobachtungen auf weiten Reisen, um der Natur diese Maxime abzusehen — Prießnitz mit seinem medicinischen Instinkt fand sie, ohne aus dem Horizont seiner blauen Berge gekommen zu sein.

Im hohen Norden wächst das Fett im Ueberfluß, aber nichts Heißes. Deßhalb, wenn du in Lappland bist, so genieße das Fett im Uebermaß, um den Wirkungen der Kälte nicht zu erliegen. Aber hüte dich vor dem Genuß des Gewürzes, er tödtet dich durch Entzündung.

Im heißen Süden fehlet dem Thierreich das Fett; das Pflanzenreich treibt heiße Gewürze. Darum, wenn du auf den Molucken nicht magere Speisen und viele Gewürze genießest, so bist du das sichere Opfer einer Krankheit, deren Heerd der Unterleib ist. — —

Es ist unmöglich, daß Jemand diese Erfahrungen bestreiten könne; ebensowenig kann man den Schluß anfechten, den ich daraus gemacht, und so muß es zugestanden werden, daß man die Producte fremder Zonen meiden soll, wenn man gesund essen und trinken will.

Darum laß den Kaffe und laß den Thee, bis du

nach Arabien und China kommst; da magst du schlürfen nach Herzenslust, da wird es dir wohlthun. — — —

Die Schädlichkeit der gegohrenen und berauschenden Getränke wird von Niemand bestritten. Doch sagt man häufig: «mäßig genossen schaden sie nicht;» — das ist aber eine Täuschung; mäßig genossen schaden sie mäßig. Darum laß den Wein nicht zum Tagesbedürfniß werden, und wenn du ihn bei seltenen Gelegenheiten trinkest, so trinke zwischendurch viel Wasser.

Wären auch die berauschenden Getränke nicht durch sich selber schädlich, so würde dennoch ihr täglicher Genuß ein gefährlicher sein, wegen ihrer häufigen Verfälschung und seltenen Vergiftung. — —

Soweit bin ich einverstanden mit Prießnitz, nun kommt die Divergenz *). Bei der Mittagstafel esse ich nicht gern mit ihm aus seinen Schüsseln. Zu Mittag ist Prießnitz ein herkommlicher Deutscher nach ächtem alten Schnitt; er empfiehlt die Hausmannskost, jedoch

*) Hier muß ich die Anmerkung machen, daß meine Tafelvorschläge schwerlich oder unmöglich irgendwo in Deutschland an großen Kurtafeln realisirt werden können, schon deßhalb nicht, weil's oft an Fleisch von jungen Thieren fehlt. Ueberdies zieht vielleicht die Mehrzahl der Deutschen die hier getadelten Gerichte des Gräfenberger Tisches den meinen vor.

Anm. zur 2. Auflage.

mit Ausschluß alles Rauch- und Pökelfleisches, alles Eingesalzenen, wie Heringe, Sardellen.

Aus mehr als einem Grund muß man das Salzfleisch meiden. Diese Speise führt so viel Schärfen in den Körper, daß ein gesunder vollauf zu thun hat mit ihrer Entfernung — wenn's ihm gelingt; viel weniger kann ein Körper, der Krankheitsstoffe von früher oder verdorbene Säfte hat, bei der Salzdiät daran denken, dieselben zu bewältigen und zu verbessern. Außerdem sind die versalzenen Sachen dem Magen schädlich, und stehen in gleicher Kategorie mit den bittern Magenstärkungen, wovon unten. Drittens hat das Salzfleisch nur äußerst wenig Nahrungsstoff, wie jeder Chemiker bis zur Evidenz nachweisen kann. Der Nährstoff des Fleisches besteht im Saft oder Gluten, nicht in der Faser; diesen Saft aber zieht die Salzlauge heraus, in sich hinein. Freilich ist das große Publikum in Deutschland entgegengesetzter Meinung. Es hält dieß Fleisch deßhalb für nahrhaft, weil's lange vorhält im Magen — ohne zu bedenken, daß es diese Eigenschaft blos seiner Schwerverdaulichkeit verdankt. — Zuletzt noch ist diese Kost übelriechend, beleidigend für eine feine Nase, ekelhaft für einen gebildeten Gaumen.

Man überlasse das Pökelfleisch dem Matrosen. Der hat nichts Anderes, und der kann es am besten bewälti-

gen, weil seine ganze übrige Lebensweise — die Seeluft, das täglich unfreiwillige Seebad — die Bewegung — ihn zu einer Art von Haifisch macht. — —

Prießnitz giebt seinen Kurgästen — auch den Magenkranken — außer dem Braten auch Kochfleisch. Er scheint wie alle Süddeutschen und auch die Mehrzahl der Norddeutschen keinen Begriff davon zu haben, wie ein Braten beschaffen sein müsse. Das lernt man nur von den Engländern — Gott erhalte ihnen die saftigen Beefsteaks, die sie an ihren gesegneten Tafeln führen!

«Wenn aus dem Fleisch eine Suppe gekocht, so gehört es den Hunden, nicht aber in Menschenmagen.» So urtheilt man mit Recht in England. Denn solches Fleisch ist wenig nahrhaft, schwer verdaulich und so übelschmeckend für einen civilisirten Gaumen, daß derselbe trockenes Brod weit vorzieht.

Das Fleisch soll gebraten, oder besser geröstet sein, und zwar so, daß es im Innern noch die Röthe des Fleischsaftes hat. Nur so ist es wohlschmeckend, leicht verdaulich, leicht kaulich und sehr nahrhaft. Wenn man aber nach Weise der Großväter das Fleisch stundenlang bratet, so verdampft der rothe Saft, und wird als nahrhaftes Gas von der Luft verspeist. —

Doch ist es Bedingung, daß das Fleisch zu einem guten Braten von einem jungen Thier sei. Wie aber,

wenn dies nicht zu haben? Dann iß viel lieber blos Gemüse und Mehlspeise ꝛc.

Die Braten der östreichischen Küche sind genau das Gegentheil von dem, was ich als Bratenideal aufgestellt.

In Deutschland geht man bisweilen in schlechten Haushaltungen so weit, daß man aus dem prädestinirten Braten vorher eine Suppe zieht; — das ist nicht etwa tadelnswerth, das ist verbrecherisch gehandelt gegen jeden gebildeten Gast, ist Beleidigung auf Säbel und Pistolen. — — —

Prießnitz schließt keine Thiergattung von seiner Kurtafel aus; er erlaubt auch den Schwerverdauenden das Schweine=, Enten= und Gänsefleisch. Diese unreinen Thiere zu essen ist unschön — doch davon darf hier nicht die Rede sein — ich glaube, es ist auch nicht gedeihlich. Wenn es keine deutliche Krankheit bringt, so verschlechtert es die Säfte. — Großer Moses! — großer Rumohr! Warum habt Ihr nicht die Macht, den deutschen Küchen Gesetze zu geben? Herr von Rumohr sagt in seinem «Geist der Kochkunst»: Wenn man nicht allzuviel von einem gebildeten Mann verlangen darf, so kann man doch fordern, daß er kein Schweinefleisch esse. —

Dahingegen räth Prießnitz nicht zum Wildpret, weil's zu viel Blut erzeuge. Es ist mir unerklärlich, wie ein

Mann von solchem Natursinn das edle, im Grünen gewachsene Wild dem Zahmvieh nachsetzen kann, diesem Vieh, das auf Mist und in Ställen großgezogen wird! Und wie denn? Ist Blut eine Krankheit? Zu viel Blut? Und das bei einer Wasserdiät? — Nein, es lebe das Wildpret! Oder lieber: es verende, damit wir's essen können! — —

Bei der Gemüseschüssel ist Priesnitz wieder ein Deutscher bis hinab zum Sauerkraut. Wer ein Unglückskind ist wie ich, der kann auf dem Gräfenberg folgendes Mahl erleben:

1) Rindsbouillon mit Lebergnödeln;

2) Gekochtes (!) Rindfleisch mit Zwiebelsauce!

3) Schweinebraten und Sauerkraut!

4) Tyroler Apfelstrudel und Quarkgnödel!

und — der Mensch kann viel aushalten — es überleben, weil er keine Wahl hat. —

Vor Suppe warnt Prießnitz die Magenschwachen; man sollte weiter gehen, und alle Suppe aus dem Reich der Tafel verbannen. Die Suppe macht zu wenig Eindruck auf erschlaffte Magenwände, als daß sie die Thätigkeit derselben aufrufen sollte. Besonders aber schwächt eine warme Suppe den Magen. Alle Suppe ist aus dem zweiten Grund nicht gesund, weil sie den Platz einnimmt, der dem Wasser gebührt. Kaltes Wasser ist

das erste aller Verdauungsmittel, aus dem einfachen Grund, weil es dem Magen am besten hilft die Speisen auslaugen, ihnen den Nahrungsstoff ausziehen, und weil es zweitens durch die oft besprochene Reaction die erforderliche und nachhaltige hohe Wärme des Magens hervorbringt.

Suppe hingegen zersetzt die Speisen nicht, Suppe will selber zersetzt sein, und das ist zuviel verlangt vom Magensaft.

«Aber wie? Hat man doch Jahrhunderte lang das Krankensüppchen empfohlen, und das soll plötzlich Unwahrheit sein, was seit den Ureltern als Wahrheit gegolten?»

Bitte, gute Tante, verschonen Sie mich mit solchen Einreden. Man hat auch Jahrhunderte lang die Hexen verbrannt, und doch hat's nie Hexen gegeben. — —

Wenn man nur achten wollte auf den Instinkt der Menschen! Alle acut Kranke verlangen nach kaltem Trinkwasser! alle Magenschwache ekelt die Suppe! —

Statt der Mittagsmahlzeiten nach alter deutscher Sitte mache ich diese Vorschläge:

Erstens: keine Suppe und nur ein Gericht, weil der Magen dieselbe Quantität leichter verdaut, wenn sie aus einfacher Qualität besteht, als aus zusammengesetzter,

und weil für Magenschwache die Versuchung des Zuviel durch das Mehrerlei bedeutend erhöht wird.

Zweitens: dieses eine Gericht bestehe aus gut geröstetem Fleisch von einem anständigen Vieh, am liebsten von Wildpret, dann jungem Rindvieh oder Geflügel, dann Schöpsen, Kälbern u. s. w. Zu diesem Braten entweder ein Compot von Obst, oder ein Gemüse aus Reiß, Kartoffeln, Salat oder irgend ein anderes, das nicht übelriecht, wie mit Respect zu sagen der Kohl. Dieser unsaubere Gesell nimmt sich schon vorläufig auf der Tafel die Erlaubniß zu duften. — Der Satz steht fest: was schlecht riecht, ist schwer verdaulich und nicht gedeihlich. Glaubt man denn, die Natur hätte dem Menschen umsonst seine edle Nase gegeben?

Drittens: nach dem Braten nichts als gutes Brod und Butter und süße rohe Milch, oder im Sommer saure geronnene mit voller fetter Sahne, oder rohes Obst.

Frauen pflegen Mehlspeisen vorzuziehen, und die sind ihnen so dienlich wie dem Mann das Fleisch. Dann mag die ganze Frauenmahlzeit aus Mehlspeise mit Obst, aus Brod und Milch bestehen. — —

Am Abend wird auf dem Gräfenberg nur Butterbrod und Milch genossen, freilich in Riesenportionen. Wenn man zwei bis drei Stunden vor dem Schlafengehen

speist, so nehme man lieber etwas kalten Braten zu Hülfe, oder Fisch oder Pudding. — —

Wenn ich noch hinzusetze: trinket nur Milch und Wasser; gewöhnt euch, viel Durst zu haben, bewegt euch viel, sitzet wenig — lieber steht oder liegt — so sind die Regeln für das Tagewerk beschlossen. — — —

Nun — ihr Gourmands, die ihr dem Wein und der Chokolade ergeben seid, dem Gewürz, dem Parmesankäse und dem Limburger, dem Kaviar und der Sardelle — könnt ihr die Heilsamkeit der gräfenberger Diät bestreiten?

Oder lächelt ihr epikuräisch, und dankt für meinen Rath, weil er euch alle Gaumenfreuden raubt? Meint ihr das wirklich?

Meinet es nicht! Ich muß euch sonst mit einer Antwort dienen, die euren Verstand beschämt!

Nur glaubet nicht, daß ihr Epikuräer seid. Epikur war ein sehr kluger Mann, und würde sich solcher unklugen Jünger schämen.

Epikuräismus ist Weisheit — aber euer Epikuräismus ist ein sehr bornirter Epikuräismus! Ist ein Epikuräismus, den man höchstens einem kindischen Verstand verzeihen kann.

Wer es zur Meisterschaft bringen will im Reich des Genusses und der Freude, der wisse zuerst und vergesse

es nie, daß die Größe des Genusses bedingt wird durch die Empfänglichkeit dafür, nicht durch den Gegenstand desselben.

Die Diät, wie ich sie geschildert, schärfet die Sinne zu einem staunenswerthen Grad, sie stählet und stärket den Körper; um aber wahrhaft fein und großartig und viel genießen zu können, bedarf man äußerst seiner Sinne und viel Gesundheit und Stärke des Leibes.

Meine Diät schärfet besonders den Geruch und Geschmack bis zu einer Feinheit, daß der Instinkt, längst getödtet durch die gewöhnliche Diät, wieder aufwacht im Menschen, und seinem Herrn als untrüglicher Leibmedicus dienet. Wer es in der Feinheit der Gaumens bis zum Instinkt gebracht hat, der mag in Krankheit und Gesundheit stets den Gelüsten seines Gaumens folgen.

Der Theil des Instinkts, welcher der Erhaltung des Thierlebens dient, wohnet im Geruch und Geschmack; diesen Instinkt hat die Natur dem Menschen und dem Thier in gleicher Schärfe und Untrüglichkeit verliehen. Die Nase eines Menschen der Natur sagt ihm jede Giftpflanze, noch mehr der Geschmack. Um diesen Instinkt der Nase zu tödten, ist der Genuß des Warmen schon hinreichend, der Genuß aber des Rauches von dem betäubenden Kraut des Tabacks mehr als hinrei-

chend. — Auf gleiche Weise verstumpft die Hundenase an heißen Speisen, wie jeder Jäger weiß.

Freilich heißt es in der myoptischen Weisheit der altmodischen Brillenmagister: «Dem Thier wurde der Instinkt, dem Menschen der Verstand gegeben.»

Auch das Thier hat Verstand, hat das Vermögen zu begreifen und zu folgern; ja, das edlere Thier hat selbst das edlere Vermögen der Phantasie. —

Fragt man: wenn die einfachste Diät die meisten Sinnenfreuden gewährt, wie war's da möglich, daß die Menschen von der Diät der Natur zur Diät der Raffinerie gerathen konnten?

Das war deßhalb möglich, weil der kurze Uebergang von der Natur zur Unnatur mehr Genüsse bringt, als die Natur gewährt. Das ist eine große Wahrheit, die es verdient mit großen Buchstaben gedruckt zu werden.

Weil das Mehr des Genusses nur in der Bewegung des Ueberganges liegt, drängt es den Abgewichenen immer weiter abwärts, bis seine Sinne und die Fähigkeit des Genusses so abgestumpft sind, daß er glücklich beim Cayennepfeffer und Scheidewasser anlangt.

Ganz dasselbe ist es mit Tugend und Laster. — — Wie der Uebergang von der Natur zur Unnatur den höchsten Taumel des Genusses schafft, so bringt die Rück-

kehr von der Unnatur zur Natur die bittersten Leiden und Entbehrungen; deßhalb gehört ein Heroismus des Willens zu dieser Umkehr. Aber bald — sehr bald ist der Kampf bestanden, und als Preis desselben kehrt das Glück zurück. — —

Auf dem Gräfenberg sind langjährige Gourmands der feinsten oder vielmehr der gröbsten Art zu dem Geständniß gebracht, daß ihnen nie früher der Frühstücksportwein und die Sardelle so gut geschmeckt, als jetzt Milch und Brod. — Die Wiedergeburt der Gaumenfeinheit erfolgt viel früher, als man glauben sollte. — —

Was könnt ihr erwiedern, ihr Raffineurs, die ihr euch des Namens von Epikuräern anmaßt?

Der feine Gaumen findet in der Milch den Reiz und die Würze, den euer grober Gaumen im Cognac und Jamaica sucht; der feine Gaumen kann von dem Gewürz und der Blume der Milch sprechen.

Haltet ihr euch für Feinschmecker? — Feinschmecker? Ihr? — Euren groben abgestumpften Gaumen kann man mit den ekelhaftesten verfaulten Sachen betrügen, wenn man nur die beizenden Laugen nicht spart, die ihr Saucen nennt. Das geschieht täglich, ohne daß ihr es inne werdet. — —

Kleidung.

Trage keine Wolle auf der bloßen Haut; Wolle reizt zum Schwitzen, und man soll den Schweiß vermeiden, außer wenn man darauf baden will.

Stets vor dem achten Tag haben auf dem Gräfenberg in rauher Jahreszeit selbst Schwächlinge und Greise Schwitzjacken abgelegt, die so alt waren, daß sie ihr Jubiläum feiern konnten.

Gewöhne dich an leichte Kleidung, aber thu' dir keine Gewalt. Wenn du überhaupt zu Frösteln geneigt bist, wenn du keine behagliche Hautwärme hast, so ist das ein Beweis, daß du Krankheitsstoffe im Innern beherbergest, und daß die centralen Functionen eine überwiegende Thätigkeit vor den peripherischen gewonnen haben. Dir thut eine gräfenberger Kur mit kalten Schwitzbädern noth; du wirst durch Geschwüre geheilt werden.

Leidenschaften.

Während einer wirklichen Kur vermeide jede Aufregung. Prießnitz untersagt deßhalb streng jedes Spiel um Geld, jede Begehrlichkeit der Phantasie, noch mehr den wirklichen Genuß der Sinnenliebe; er warnt vor Zorn, Aerger, Neid, und wie sie weiter heißen die niederträchtigen unter den Leidenschaften.

Auch solche Patienten, die nur locale Leiden und sonst

blühende Gesundheit haben, verurtheilt er zum Cölibat, so lange die Kur währt. Deßhalb giebt's auf dem Gräfenberg fast nur halbe Menschen; die andere Hälfte, sonst so gesund wie angenehm, würde die Kur stören.

Doch zur Diät eines Gesunden gehört Liebe, viel Liebe, vielerlei Liebe — Seelen- und Herzen- und Phantasie- und Körperliebe. Die Lebensweise der Natur giebt am meisten Kräfte zu jeder Liebe.

Deßhalb ist's bei der Diät der Gesundheit und der Tugend die erste aller Vorschriften: Heirathe, sobald du völlig mannbar bist.

Diät bei Magenverstimmungen.

In Deutschland ißt man nicht gerade wenig und gesund, man trinkt auch nicht wenig — nur kein Wasser. Deßhalb gehören die Magenverstimmungen zum Tagewerk eines ächten Deutschen und unter das Capitel von der Diät.

Das vorzüglichste Mittel zur Magenstärkung und Magenreinigung ist kaltes Wasser; zum letztern Zweck, wenn es alten Schleim auflösen, und zum Vomiren oder Laxiren führen soll, muß es anhaltend in sehr großen Quantitäten getrunken werden.

Die allopathischen Magenstärkungen — Bitteres und Pikantes — sind die geschworenen Todfeinde des Magens.

Dieser Irthum der Doctoren ist so entstanden:

Das Bittere und das Scharfe, als Unverdaulichkeiten, erregen eine hohe Thätigkeit im Magen, gewissermaßen einen acuten Krankheitskampf um die Bewältigung und Abstoßung dieses Todfeindes. Bei Gelegenheit dieses Kampfes verdaut der Magen seinen übrigen Inhalt stark, oder wenn er sonst leer ist, äußert er ein heftiges Verlangen nach Speise, als Erleichterung und gewissermaßen als Schanzkorb gegen seinen Feind. Man sieht, dies ist kein Verdauen und kein Appetit aus Gesundheit, sondern aus Zwang und Noth.

Wendet man ein, jede Thätigkeit müsse einen Feind haben, um nicht einzuschlafen, und deßhalb sei das Bittere gesund? Ich antworte: Erstens muß der Feind so sein, daß er bewältigt werden kann; das ist hier aber nicht möglich, weil das Bittere absolut unverdaulich ist; ein überlegener Feind aber zerstört seine Gegenparthei. Zweitens thut es wahrlich beim Magen nicht noth, daß man ihm künstlich Arbeit schafft — er bekommt schon natürliche genug.

Wenn täglich dieselbe Procedur dieser Magenstärkung wiederholt wird, so geräth der Magen täglich tiefer unrettbarer ins Elend. Dazu kommt eine andere Gefahr. Um Unverdaulichkeiten abzuführen, auch sich gegen den Schmerz, den sie machen, zu schützen, nimmt der Ma-

gen seine Zuflucht zum Schleim, wohinein er sie wickelt. Soll er dies täglich thun, so erlahmt seine Kraft; er bereitet wohl den Schleim, aber kann sich nicht mehr davon reinigen; es entstehen Verschleimungen, Schleimgewächse. Nun empfindet der Patient unablässigen Druck im Magen und periodische Uebelkeit. Der Doctor läßt purgiren oder vomiren; auf Letzteres erfolgt nichts, und auf Ersteres nichts als der Schleim, den jede Purganz aufs Neue bereitet. Ergo, schließt der Doctor, ist der Magen rein, nur schwach, und muß gestärkt werden. — Eine ähnliche Uebelwirkung auf den Magen, aus ähnlichen Gründen, üben die pikanten Sachen, und die scharfen und stinkenden; sie erregen eine erhöhte Thätigkeit, weil sie dem Magen Qual machen, sie selbst aber sind unverdaulich. Selbst das Kochsalz, zu viel angewandt, gehört in diese Kategorie. Man salze die Speisen nur sehr mäßig, wenn man sich nicht Schärfe der Säfte und Schwächung des Magens zuziehen will.

Wer viel allopathische Magenstärkungen genossen, oder viel magenverderbende andere Medicamente, der mag, wenn er die Symptome des Magendrückens und der wiederkehrenden Uebelkeit hat, fest überzeugt sein, daß sein Uebel nicht blos in Magenschwäche, sondern in der zähesten Verschleimung besteht; er lasse sich nicht täu-

schen vom Nichterfolg der Purganzen; es ist schon früher die Unmacht dieser und ähnlicher medicinischen Mittel besprochen worden.

Wenn Kranke dieser Art noch nicht zu alt und schwach sind, so werden sie bei Beharrlichkeit sicher durch das Wasser hergestellt, und sie werden sich entsetzen über die Schleimmassen, die sie abführen.

Das Wassertrinken zu diesem Zweck muß im Uebermaß geschehen; der Magen gewöhnt sich bald daran. Es ist aber nothwendig mit vielem Wassertrinken ein tägliches kaltes Bad zu verbinden, damit die centralen Functionen nicht ein verderbliches Uebergewicht über die peripherischen erhalten; ferner sind tägliche Klystiere und Sitzbäder nothwendig.

Eine solche Kur gegen alte Verschleimungen ist sehr langwierig; es können Monate vergehen, ehe die erste Spur von Schleimauflösung erfolgt, und die Reinigungszeit mit Würgen, Erbrechen und Abführen kann wieder wochenlang dauern. Wer diese Zeit durch medicinische Abführungen abkürzen will, der zerstört die Kur und bringt sich wieder ins alte Elend. — —

Um zu lernen, was einem verdorbenen Magen noth thut, sollte man nicht zu außerordentlich gelehrten Professoren gehen, sondern zu ganz ungelehrten Hunden

ohne allen Titel. – Der Hund säuft bei Magenverderbniß Wasser, bis er vomirt oder laxirt, und «dann ist ihm wieder wohl».

Hier, bei Gelegenheit der Magenverderbnisse, warne ich vor einem Irrthum, der höchst schädlich in seinen Folgen ist. Man denkt bisweilen einem schwachen Magen dadurch zu helfen, daß man ihm die Arbeit erspart, indem man ihm den Nahrungsstoff gleichsam schon extrahirt in stärkster Bouillon, rohen Eidottern u. s. w. zuführt. Das ist der sicherste Weg zum gänzlichen Ruin. Wenn man einem Organ die Thätigkeit ersparen will, welche die Natur demselben zugedacht hat, so schläft dasselbe selig ein.

Bäder.

Ehe ich von Prießnitz oder Oertel gehört, wußte ich, daß tägliche kalte Bäder nothwendig zur Gesundheit sind. Das hatte mir der Wald und das Wild darin erzählt. Nämlich ich sann nach, wie das Leben in der Cultur so ganz anders ist, als in der Natur. Ich dachte daran, soviel möglich das Gedeihliche des Naturlebens durch Kunst zu ersetzen. — Jedes Geschöpf wird täglich in Thau oder Regen oder Schnee oder im Fluß und See gebadet; folglich, schloß ich, muß das kalte Bad sehr gesund sein.

Ferner — das meiste kalte Wasser kommt im Naturleben an die Füße und untern Theile des Körpers; folglich muß es nothwendig sein, Füße und Beine mehr mit Wasser zu bedenken als den Leib. — Auch diesen letztern Schluß finde ich durch die Theorie, wie ich sie mir vom Gräfenberg geholt, glänzend gerechtfertigt. Denn es ist ein Lehrsatz in meiner Theorie, daß das Wasser dahin, wo es am meisten angewandt wird, vorzugsweise die Thätigkeit, die Wärme, die Krankheitsstoffe und die Entladung durch Geschwüre leitet. «Füße warm, Kopf kalt!» das wußte man lange; aber nicht wie es erreichen. Dadurch also, daß man den Kopf am wenigsten badet, die Füße aber am meisten unter allen Körpertheilen.

Aus dem aufgeführten Lehrsatze erklärt es sich, weßhalb bei den meisten Menschen alle Schärfen in Pickeln auf dem Gesicht ablagern. Weil die meisten Menschen so unreinlich sind, täglich nur das Gesicht, nicht den ganzen Leib zu baden oder zu waschen. Frauen sollten schon aus Schönheitsrücksichten täglich ein kaltes Ganzbad und außerdem noch ein Fußbad nehmen; dann würden sich gewiß die Pickeln auf die Füße und Beine werfen. Ueberdies sollten sie bedenken, welcher reinliche Mensch wird denn solche ungewaschene Glieder heirathen mögen, die zum ersten und letzten Male unter den

Händen der Wehmutter die Bekanntschaft des kalten Wassers gemacht haben?

Das ausgezeichnetste aller Schönheitswasser ist das ordinärste Wasser. Es giebt der Haut Röthe, Reinheit und eine Art Durchsichtigkeit. Es giebt dem Körper eine eigenthümliche Ausdünstung, deren Duft freilich nur die feinste Nase empfindet. Es haben besonders schöne Frauenglieder einen solchen süßen Milchgeruch, wenn sie recht oft mit kaltem Wasser getränkt werden. Man merkt das, wenn die Höflichkeit einen in Berührung mit denselben bringt, ich meine, wenn man ihnen die Hand küßt.

Prießnitz ist gegen das Salzwasser. Doch ich glaube, weil dies Wasser die Eigenschaft des Auslaugens in erhöhtem Grade hat, daß es dem süßen vorzuziehen ist *).

*) Ich widerrufe die hier ausgesprochene Ansicht, die ich zu übereilt ohne gehörige Prüfung niedergeschrieben.

Das Salzwasser hat nicht die reine Eigenschaft des Zersetzens der Körper, sondern mehr des Zerätzens durch seine Schärfen und Salze, und ist deßhalb zu einer wahren radikalen Heilungskur ganz unbrauchbar. Denn in und nach dem Salzwasserbad reagirt der Körper nicht allein gegen die Zersetzkraft, sondern auch gegen das Eindringen der Schärfen und Salze. Weil immer ein großer Theil seiner Thätigkeit gegen diese letztere gerichtet ist, kann er die ungetheilte Kraft nicht gegen seine alten tiefinwohnenden Krankheitsstoffe richten. Es gehört jedes Salzwasser und jeder sogenannte Gesundbrunnen ganz in die Kate-

Nur ist das ein Uebelstand, daß an der Meeresküste selten gutes Trinkwasser zu haben ist.

Wie freilich die Meerbäder bis jetzt gebraucht werden, kann unmöglich ihre Wirksamkeit eine bedeutende sein. Diese Heilwirkung ist, verglichen gegen die einer gräfenberger Kur, ebenso nichtssagend, als sie ausgezeichnet ist im Vergleich zu den Wirkungen der Medicin.

Die Jahreszeit der Saison ist ganz unpassend; das Wasser ist in den Monaten Juli und August so warm, daß deßhalb seine Wirkungen wenig bedeuten. Nur wer des Vergnügens wegen ins Bad reist, wähle diese Zeit; wer aber aus dem Meer die köstlichste Perle der Gesundheit fischen will, der wähle eine Jahreszeit, in welcher das Wasser unter 10 Grad Réaumur hält — die Monate März und April, höchstens Mai, noch besser die

---

gorie der Medicin, weil alle diese unreinen Wasser medicinisch wirkende Bestandtheile bei sich führen. — —

Deßhalb muß ich bitten, die jetzt folgenden Vorschläge nicht aufs Meerbad, sondern aufs Baden in Landseen und Bächen zu beziehen. —

Ueberhaupt ist es eine sehr gewagte Sache, von den Meinungen des Prießnitz abzuweichen. Unsereiner muß mit Forschen, Analysiren, Combiniren angestrengt nach Entdeckung der Heilwahrheit ringen, dahingegen Prießnitz ohne Mühe und Verirrungen schaut mit der Intuition, die allein das Eigenthum der seltensten und größten Genies ist.

Anm. zur 2. Auflage.

Zeit vom September bis November. Dann aber muß die Dauer des Bades nicht über fünf Minuten sein, für die meisten Patienten nur eine Minute. Es muß, wie immer, mit warmer, am besten mit schwitzender Haut gebadet werden.

Das Ganzbad nehme man Morgens mit der Bettwärme oder dem Bettschweiß; freilich ist dann nothwendig, daß das Bad nicht mehr als einige Schritte vom Hause entfernt sei. Wo nicht, so muß man am Strande sich hölzerne Badehütten aufschlagen lassen, um da vor dem Bad in Decken zu schwitzen.

Außer dem Ganzbad nehme man, vor Mittag, ein Fuß- oder Sitzbad, spaziere darauf und speise dann. Das Sitzbad für Alle, die am Unterleib oder an den Nerven leiden.

Für den Abend möchte ich eine ganz neue Art von Bädern vorschlagen — gehende Halbbäder — nämlich in der Weise, daß man etwa fünf bis zehn Minuten im Meer bis an den halben Leib spaziert. Der Oberkörper müßte dabei so bekleidet sein, daß er weder friert noch schwitzt. Ein solches Bad würde besonders dazu dienen, Congestionen von Brust und Kopf zu leiten. Seine erste Wirkung würde die entgegengesetzte sein, und deßwegen müßten Leute, die daran sehr leiden, beim Eintritt Brust und Kopf mit Wasser netzen. Diese

Bäder würden nach dem zuletzt citirten Lehrsatz ganz besonders die Thätigkeit und Wärme und Krankheitsstoffe und die kritischen Geschwüre von den edleren Theilen ab in die Beine leiten; auch würden sie den Lendenlahmen und den Wadendürren von besonderem Nutzen sein.

Meine oben angeführten Folgerungen aus den Bädern im Naturleben führten mich auf die Idee dieser gehenden Halbbäder.

Bei allen Localbädern bedenke man wohl den oft besprochenen Satz, und nehme deßhalb nie ein Localbaden vor, ohne damit ein tägliches Ganzbad zu verbinden. Unter dieser letztern Bedingung ist den Stubensitzern, die an Verstopfung und Hämorrhoiden leiden, ein tägliches Darmbad von unschätzbarem Werth. Prießnitz hat eine große Zahl dieser Leidenden hergestellt; Alle, wenn sie vom Gräfenberg gingen, nahmen die Klystierspritze mit und verehrten sie als ihre Schutzpatronin. — Es versteht sich, das auch hier nur kaltes Wasser gebraucht wird.

VI.

Résumé

für diejenigen Leser, welche nur die ersten und letzten Seiten überlaufen, um ein Urtheil über ein Buch zu haben.

Die Ursachen der Körperkrankheiten sind körperliche Stoffe (niemals dynamische Verstimmungen), von denen der behaftete Organismus nur dadurch befreit werden kann, daß sie hinausgestoßen werden, nicht dadurch, daß sie in ihm durch chemische Mittel neutralisirt werden.

Deßhalb kann keine Medicin irgend etwas heilen. Es ist unmöglich, daß die Medicin die Krankheitsstoffe chemisch vernichten kann, weil es unmöglich ist, mit der Medicin den ganzen Körper so zu durchlaugen, daß sie alle versteckten Krankseitsatome erreicht; ehe dies geschähe, wäre der kranke Organismus vernichtet. Es ist auch deßhalb unmöglich, weil die Medicin im Magen eine Zersetzung erleidet, in Folge deren das Meiste durch die Gedärme abgeleitet wird.

Die Heilmethode der Natur also besteht darin, daß sie jedem Organismus die Kraft verliehen hat, seine Feindesstoffe abzustoßen.

Jede Heilweise der Kunst muß genau nach demselben System verfahren, und hat deßhalb zweierlei Pflichten. Erstens dem Organismus zu helfen, wenn der Ausscheidungsproceß sich zum abnormen Kampf steigert (acute Krankheit), und zweitens ihn aufzustacheln (gräfenberger Krisen) zu diesem Kampf, wenn er daran ermüdet war und sich ins Siechthum ergeben hatte (chronisches Leiden), gewiß auch dann im erneuten Kampf ihm erlösend beizustehen.

Die Homöopathie scheint dies Alles mindestens zu fühlen, wenn auch nicht zu wissen. Ihr consequent durchgeführter Grundsatz: «similia similibus!» scheint zur acuten Krankheit anregen zu können; aber sie bietet im angeregten Kampf keine Hülfe. Die Homöopathie hat auch erkannt, daß die Lehre vom »Neutralisiren» der Krankheitsstoffe durch Medicin in das Reich der Albernheiten oder Mährchen gehört. Deßhalb vermuthlich giebt sie so sehr kleine Gaben, die aber, wahrscheinlich auch zur Anregung zu klein, ganz wirkungslos sind. Ihre Erfolge verdankt sie allein der Heilkraft der Natur, die sich dann erst ganz entwickelt, wenn sie von allopathischer Mißhandlung befreit ist.

Diese Allopathie hat gar keine Consequenz; bald versucht sie es mit allopathisch wirkenden Mitteln, bald mit homöopathischen (z. B. Mercur gegen Syphilis,

China gegen Wechselfieber), bald mit chirurgischen. In den meisten Fällen ist sie ihrem Namen getreu, und dann besteht ihre Wirksamkeit darin, daß sie den abnormen Heilungskampf eines Organismus (die acute Krankheit) aufhebt durch Schwächung des Organismus, und somit die acute Krankheit in chronisches Siechthum oder chronische Schwäche verwandelt.

Die Allopathie hat keinen obersten Grundsatz, kein System, und deßhalb ist sie keine Wissenschaft und keine Wahrheit. Denn die wahrste Heilmethode, die der Natur, hat einen obersten Grundsatz und hat Consequenz. Die Natur ist in allen ihren Thätigkeiten eisern consequent; wer das nicht erkannt hat, der hat nichts von der Natur erkannt. Dabei freilich versteht es die Natur, die Unschönheit der starren Consequenz zu verstecken durch tausend Schönheitslinien und tausend Farbentöne und Musikklänge. Die Natur beobachtet genau die Vorschrift der Kunst: «Deine Kunst sei so versteckt, daß sie Natur und absichtsloser Zufall scheinet». Deßhalb ist die Natur die höchste Kunst.

Die Hydropathie erfüllet jede Pflicht der Heilkunst. Sie regt den Organismus auf zur Heilung — unendlich kräftiger als die Homöopathie — und sie steht ihm bei in seinem Heilungskampf — wo die Homöopathie ganz wirkungslos ist.

Bei allen innern Krankheiten haben die centralen Functionen des Körpers ein Uebergewicht über die peripherischen; deßhalb ist es die dringendste und erste Pflicht der Heilkunst, die Thätigkeit des Organismus, und mit derselben die Strömung der Säfte und Krankheitsstoffe an die Peripherie des Körpers zu leiten. Das kann allein das kalte Wasser durch seine Kälte und seine auslaugende Kraft. Die Kälte schafft die starke Reaction — den Hindrang aller Körpertheile an die Haut, und die Kraft des Zersetzens laugt theils die Krankheitsstoffe, die schon bis unter die Haut gedrungen sind, heraus, theils versetzt sie die Haut in große Thätigkeit. Das Wasser versucht die ganze Haut zu zersetzen, aufzulösen in ihre Urtheile; die Haut dagegen wehrt sich ihrer Haut, und geräth in eine Thätigkeit, daß sie alle Kräfte des Organismus an sich zieht und mit ihnen die allgemeine Strömung auf sich leitet. So werden täglich neue Krankheitsstoffe aus dem Innern an die Haut geführt, und täglich ausgezogen vom Wasser und ausgestoßen von der Hautthätigkeit durch Schweiß und Geschwüre.

So bewirkt die Hydropathie die Heilung der chronischen Uebel.

Bei acuten Krankheiten vertreibt sie leicht und sicher die Todesgefahr, weil sie die todbringende Hitze viel

Bayerische
Staatsbibliothek
München

rascher auszieht als ein Aderlaß vermag. Wenn das vollbracht ist, leitet sie ebenso sicher die Krankheitsstoffe bis an die Haut, und wirft sie hinaus durch Schweiß und Ausschlag.

Dieselbe Wasserprocedur, die man mit der Haut vornimmt, richtet man durch starkes Wassertrinken und Klystieren auf Magen und Gedärme. Krankheitsstoffe, die darin oder in den benachbarten Gegenden liegen, werden vom Wasser an sich gesogen und mit demselben abgeführt. Daher die häufigen Durchfälle und der kritische Urin bei der Wasserkur.

Dauernd ungestörte Gesundheit bis an den späten Alterstod ist ganz unmöglich ohne tägliche kalte Bäder, weil die Haut offen und thätig sein muß, um täglich eindringende Feindesstoffe täglich wieder abzustoßen. Der Organismus des Menschen und jedes Säugethiers ist von der Natur berechnet auf häufige Benetzung mit kaltem Wasser. Wenn das fehlt, so tritt als nothwendige Folge, ohne alle Ausnahme bei jedem Individuum, ein Uebergewicht der centralen Functionen über die peripherischen ein. Das ist schon Abnormität, und führt zu Krankheiten.

VII.

Anhang.

Da hätt' ich bald die Hauptsache vergessen, nämlich das, was allein im Stande ist, der Hydropathie Achtung zu verschaffen beim größesten Publikum, beim Publikum vom letzten Geisterrang, beim Jeanhagel auf der Gallerie — ich hätte bald vergessen zu berichten, daß schon viele hochgelahrte und geheime Medicinalräthe auf dem Gräfenberg gewesen sind, um von Prießnitz zu lernen, und daß Könige und Fürsten Doctoren dahin senden.

Es war kurz vor meiner Anwesenheit der Chef des östreichischen Medicinalwesens, Baron von Türkheim, vom Kaiser hingeschickt, und einen Gesandten vom König von Baiern, den Professor Horner, fand ich noch vor. — —

Es wär' recht schade, wenn ich das vergessen hätte; hab' ich doch sonst so Manches um des bezeichneten Publikums willen geopfert, hab' mich gezwungen, breit und wiederkäuend zu schreiben in diesem Büchlein, so zu sagen «populär». — —

Da giebt's noch manche andere Dinge, die gut in diesen Anhang passen.

Muß das nicht eine hohe, edle, ehrfurchtgebietende Kunst sein, die ihrem Meister so einträgliche Kundschaft bringt? Fast alle nachgeahmten Heilanstalten sind auf dem Wege, ihre Begründer reich zu machen, und — Prießnitz? — Prießnitz hat im letzteu Jahr einige hundert Ankömmlinge abweisen müssen, obgleich gerne zwei Personen — Grafen sogar und Barone — mit einer Dachkammer ohne Fenster vorlieb nehmen, obgleich im Nachbardorf und der Nachbarstadt sich Hunderte eingemiethet haben. — Man taxirte seine Nettoeinnahme vom letzten Jahr auf 50,000, schreibe funfzig tausend Gulden.

Jetzt, seh' ich, staunt die Gallerie voll Respect, und jetzt hebt sie die Hände, vielleicht um Beifall zu klatschen dem großen Mann, vielleicht um die Pelzmützen abzunehmen vor ihm.

O! es kommt noch besser!

Unlängst ist Erzherzog — ich hab' den Namen vergessen — Erzherzog N. N. da oben auf dem Gräfenberg gewesen — nur zwei Stunden, und hat keine Zeit gehabt, mit den sechs anwesenden Fürstlichkeiten oder mit den Excellenzen eine Sylbe zu sprechen, aber er hat Zeit gehabt, zwei Stunden lang mit Prießnitz auf der Promenade zu gehen und eifrigst mit dem großen Mann zu reden.

Ha! Jetzt wirkt es! Jetzt erhebt sich auch der fetteste Philister aus seinem Lehnstuhl und nimmt die Qualmpfeife aus dem Mund, und zieht den Hut und gar die Schlafmütze von den langen Ohren, und macht ein tiefes, tiefes Compliment vor Prießnitz und seiner Kunst!

Und Prießnitz? Wurde Prießnitz nicht drehend, wahnsinnig vor Entzücken?

Prießnitz verzog keine Miene, gab mit Geduld Antwort auf alle Fragen, und ich glaube, am andern Tag hatt' er es über wichtigeren Dingen vergessen, welche Ehre ihm von dem Erzherzog N. N. widerfahren sei. —

Und doch — was frommt selbst dieser Anhang meinem Büchlein? Da tritt der Hausarzt in die Thür, noch ehe der fetteste Philister die Schlafmütze wieder aufgesetzt, und der Doctor sagt ihm, es sei ein hirnloses und lügenhaftes Buch, und da wirft der Fetteste es in den Ofen.

Ja, mein armes Büchlein wird ein sehr demüthiges Schicksal haben.

Die wichtigen unter den Doctoren, die schon eine klingende Praxis und klingenden Titel haben, werden nur verächtlich lächeln, so schweigsam, geheimniß- und weisheitsvoll, wie Aegyptier mit spitzen Hieroglyphenmützen. Höchstens wird ein armseliger Barbier, dem's an Kunden gebricht, sich an mir ein Stück Brod und

Sporen verdienen wollen, und wird sein Bartbecken aufsetzen als Mambrinshelm, und seine Lanzette gegen mich einlegen als Lanze, und ein Senfpflaster schwingen als Tartsche, und losreiten gegen mich Don Quixote der Hydropathie.

BIBLIOTHECA
REGIA
MONACENSIS.

Knoda

BSB Bayerische StaatsBibliothek

MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Rausse, J. H.

Der Geist der Gräfenberger Wasserkur Motto: 'Wasser thut's freilich'

Zeitz 1839

M.med. 879 m
urn:nbn:de:bvb:12-bsb10288155-6